

陸 上 競 技

1. 期 日 2026年 9月30日(水) 10月1日(木) ☆雨天決行
(開場7:00, 監督会議8:15、競技開始9:30)
2. 場 所 ジェイリース スタジアム
3. 種 目 男子 1年…100m、100mH、1500m 2年…100m、1500m
 共通…200m、400m、800m、3000m、110mH、4×100mR
 走高跳、走幅跳、砲丸投、棒高跳

 女子 1年…100m、80mH、800m 2年…100m、800m
 共通…200m、1500m、3000m、100mH、4×100mR
 走高跳、走幅跳、砲丸投
4. 参加制限 (1) 1人2種目以内 (但し、リレーは除く)とする。リレーは1人1種目とする。
 (2) リレーはすべて同一校単位の編成とし、2チーム(A・B)まで参加を認める。
 ※ただし、Bチームはオープン参加として得点には入れない。なお、A、B両方にエントリーはできない。また、リレーの走順についての決まりはない。
 (3) エントリーについては、トラック種目は1種目につき各チーム5人以内、フィールド種目は1種目につき各チーム3人以内とする。
 (4) 今大会は「低学年種目」はなく、男子 100mHと女子 80mHは1年生のみとする。
5. 競技規則 (1) 競技規則は日本陸上競技連盟と本大会の定める規則による。
 (2) 本大会は非公認大会(UO)である。
 (3) 総合得点及び採点は本大会の定める規則による。
 ※1位・8点、2位・7点……8位・1点とする
6. 競技方法 (1) トラック種目で予選・決勝を行う種目は、各学年 100mと各ハードル種目、および男女 4×100mRとする。(その他はタイムレースとする。)
 ※ハードル種目については、組数が1組の場合は予選を行わずタイムレース決勝とする。
 (2) フィールド競技の試技は予選3本・決勝3本とする。※上位8名による決勝を行うが、天候やエントリー数によって変更することもある。なお、走幅跳種目で下記の記録を下回った場合(ショート記録)は計測しない。
 男子走幅跳 4m00 女子走幅跳 3m50
 ※市総体時よりショート記録を変更しています。
7. 備 考 (1) 1、2年生ともに共通種目に出場できるが、学年種目には当該学年しか出場できない。
 (2) スパイクのピンは9mm以内のものを使用すること。なお、グラウンド(土)用のピンは使用できない。
 (3) 競技時に使用するシューズ底の厚さについては、市総体および通信大会、県総体と同等の処置とする。
 (4) 当日、審判・生徒補助員の割当をさせていただきます。ご協力をお願いします。
 (5) 更衣室は選手の更衣のためのスペースであるため、待機場所および応援スペースとして更衣室を使用することを禁止します。なお更衣後はすばやく退室してください。
 (6) 前日の場所取りについては禁止します。(保護者の方にも連絡をお願いします。)
 ※なお、各チーム待機場所の詳細については後日、連絡します。なお、熱中症対策および雨天時対応として、雨天練習場も待機場所となります。
 (7) 生徒の送迎・下車は市総体同様、競技場第1ゲート外(舞鶴高校側照明塔周辺ロータリー)とする。
 (8) 選手のエントリー数等により、本要項の競技開始時刻とプログラム確定後の時刻が異なる場合があります。プログラム(アスリートランキング)確定後の時刻で最終確認をしてください。
8. 審判割当 市総体同様、1チーム(各校、各クラブチーム)最低1名以上(可能な限り2名以上)の審判員をお願いします。
9. 申し込み 申し込み締め切り 9月22日(火)
 アスリートランキングより申し込みをお願いします。プログラムの編成上、期日厳守をお願いします。
 不明な点は、植田中 油布まで連絡ください。

おおよその競技日程（予定）です。

陸上競技日程（案）

9月30日（水）トラック競技 ◎昨年度からタイムテーブルを多少変更しています。

(1)	9:30	1女	100m予	(12)	14:00	1女	80mH決
(2)	9:50	1男	100m予	(13)	14:05	共女	100mH決
(3)	10:15	2女	100m予	(14)	14:10	1男	100mH決
(4)	10:35	2男	100m予	(15)	14:15	共男	110mH決
(5)	11:00	共女	3000m決※	(16)	14:30	1女	800m決
(6)	11:00	共男	3000m決※	(17)	14:45	2女	800m決
(7)	11:30	共男	400m決	(18)	15:00	共男	800m決
(8)	11:50	1女	80mH予	(19)	15:20	1女	100m決
(9)	12:00	共女	100mH予	(20)	15:25	1男	100m決
(10)	12:10	1男	100mH予	(21)	15:30	2女	100m決
(11)	12:20	共男	110mH予	(22)	15:35	2男	100m決

（休憩）

※3000mは男女混走となります

9月30日（水）フィールド競技

(1) 11:00 共男 棒高跳

10月1日（木）トラック競技

(1)	9:30	共男	4×100mR予
(2)	9:40	共女	4×100mR予
(3)	10:00	1男	1500m決
(4)	10:15	2男	1500m決
(5)	10:30	共女	1500m決
(6)	11:00	共男	200m決
(7)	11:25	共女	200m決

（フィールド競技の時間）

(8)	15:50	共男	4×100mR決
(9)	15:55	共女	4×100mR決

10月1日（木）フィールド競技

跳躍A

(1)	12:00	共男	走幅跳
(2)	13:50	共女	走幅跳

跳躍B

(1)	12:00	共男	走高跳
(2)	12:00	共女	走高跳

投てき

(1)	12:00	共男	砲丸投
(2)	13:50	共女	砲丸投

◎走高跳のバーの上げ方について ※市総体時より練習以降の高さを変更しています。

男	(練習 1.20)	1.25	1.30	1.35	1.40	1.45	1.50	1.55	1.60	1.65
女	(練習 1.05)	1.10	1.15	1.20	1.25	1.30	1.35	1.40	1.45	1.50

◎棒高跳のバーの上げ方について

棒高跳	(練習 1.90)	2.00	2.10	2.20	2.30	2.40	2.50	2.60	2.70	2.80	2.90以降10cmずつ
-----	-----------	------	------	------	------	------	------	------	------	------	--------------