

## 競 技 注 意 事 項

### 1 競技規則について

本競技会は、2021年度日本陸上競技連盟規則及び日本マスターズ陸上競技連合規則並びに本大会競技申し合わせ事項により実施する。

### 2 練習場および練習について

- ① ウォーミングアップは補助競技場を使用する。道具の貸し出しは行わない。(投てき練習は禁止する)
- ② メイン競技場内及び雨天練習場でのウォーミングアップは禁止とする。
- ③ 投てき場での円盤投の練習は、審判員の指示に従って行う。審判員がいない状況での練習及び砲丸投、やり投の練習等は禁止する。
- ④ 跳躍・投てきの練習や練習試技回数は審判員の指示に従ってください。
- ⑤ ウォーミングアップや練習は、事故防止に十分配慮し行うこと。

### 3 招集について

- ① 招集所は200mスタート地点の北サブゲートに設ける。選手はゲートから入り点呼を受ける。
- ② 招集時刻は、競技開始時刻前、下記の通りとする。

種目	招集開始時刻	招集完了時刻
トラック競技	40分前	20分前
フィールド競技(棒高跳を除く)	50分前	30分前
棒高跳	60分前	40分前

招集完了時刻までに点呼を受けること。

- ③ 800m以上のトラック競技は、レーンまたはODR番号の腰ナンバーカードを招集時に配布する。配布された腰ナンバーカードは右腰につけ競技に出場すること。
- ④ 競技で使用するシューズはWA規則第143条に従い準備すること。招集時に確認を行う。
- ⑤ 招集は時間厳守でお願いします。遅れた場合は棄権とみなし、特別な事情がない限り出場を認めませんのでご注意ください。
- ⑥ 競技が重なり招集時刻内に集合できない場合は、その旨を招集所に申し出て了承を得てください。

### 4 アスリートビブス(ナンバーカード)について

- ① アスリートビブスは、各都道府県の登録番号の物を各自持参し、使用してください。
- ② アスリートビブスは、必ず胸及び背部につけること。ただし、跳躍競技においては、胸・背どちらかにつけばよい。
- ③ 800m以上の競技の腰ナンバーは、招集時に配布する。競技前に右腰に付けてください。

### 5 競走競技について

- ① 申込み後の選手変更は認めない。ただし、リレーは競技会出場者の中より2名以内の変更を認めるが、オーダーの年齢構成に注意すること。
- ② リレー競走に出場するチームは、競技開始1時間前までにリレーオーダー用紙に選手名等の必要事項を記入し競技者係(招集所)に提出すること。
- ③ トラック競技のレーン順は、プログラムの記載順とする。
- ④ トラック競技は、全種目タイムレースで行う。
- ⑤ 入賞順位はタイムで決め、同タイム、同順位が生じた場合は、生年月日の早い方を上位とします。
- ⑥ セパレートコースで行う競技は、競技場保護のためにできる限り第1・2レーンをあけて競技を実施する。
- ⑦ 400m以下のスタートについては、スターティングブロックを使用することを原則とする。ただし事情により申し出があれば、この限りではない。

- ⑧ 不正スタート：不正スタートをした競技者はすべて失格とする。
- ⑨ スタートコールはイングリッシュコマンドで行う。「On Your marks」(位置について)、「Set」(用意)の言葉を用いる。
- ⑩ 3000mは20分を超過したとき、5000m及び3000mWは30分を超過したとき、その後の競技進行に影響があると審判長が判断した場合は競走を中止させます。
- ⑪ ハードル競技

ハードルの使用基準(0.686mの高さは小学生基準の0.7mを使用する)

男子	クラス	種目	高さ	台数	第1ハードルまで	間隔	フィニッシュまで
シ ョ ー ト	M-24~M30	110mH	1.067m	10	13.72m	9.14m	14.02m
	M35~M45	110mH	0.991m	10	13.72m	9.14m	14.02m
	M50・M55	100mH	0.914m	10	13.00m	8.50m	10.50m
	M60・M65	100mH	0.840m	10	12.00m	8.00m	16.00m
	M70・M75	80mH	0.762m	8	12.00m	7.00m	19.00m
	M80+	80mH	0.686m	8	12.00m	7.00m	19.00m

女子	クラス	種目	高さ	台数	第1ハードルまで	間隔	フィニッシュまで
シ ョ ー ト	W-24~W35	100mH	0.840m	10	13.00m	8.50m	10.50m
	W40・W45	80mH	0.762m	8	12.00m	8.00m	12.00m
	W50・W55	80mH	0.762m	8	12.00m	7.00m	19.00m
	W60~W75	80mH	0.686m	8	12.00m	7.00m	19.00m

ハードルは跳び越さなくてはならない。跳び越さない場合は失格となる。跳び越す際にハードルが倒れてしまっても構わないが、手や体で倒したり、振り上げ足で蹴るなど意図的に倒すと失格となる。跳び越す前に手をつくこと、意図的に倒そうとしているとみなされることがある。

## 6 跳躍、投てき競技について

- ① 試技順は、全競技を通して、プログラムの記載順とする。ただし、2種目以上を兼ねた選手から申し出があった場合は試技の順序を審判員の判断で適宜変更するが、他の競技出場中に失ったラウンドの試技を要求することはできない。
- ② 試技時間は、通常の場合超えてはならない。試技時間を越えたら、無効試技として記録する。

残っている競技者数	走高跳	棒高跳	その他
4人以上	1分	1分	1分
2~3人	1分30秒	2分	1分
1人	3分	5分	—
連続試技※	2分	3分	2分

※走高跳・棒高跳では、残っている競技者が2人以上で、同一の高さの時のみ適用する。

- ③ 同時帯に2種目以上を兼ねて出場する選手は、競技場所に到着後、あらかじめ当該種目の審判員に、競技中に競技場所を離れることを申し出ること。
- ④ 走幅跳の踏切位置は、2m、とする。ただし、状況により跳躍審判員が追加設置することもある。
- ⑤ 三段跳の踏切板(一部、板の設備が無いときは仮設のものを使用します)と砂場までの距離は11m、9m、7mとする。ただし、状況により跳躍審判員が追加設置することもある。また、選手は自分の使用する踏切板を競技開始前に担当審判員に申告すること。

- ⑥ 跳躍競技（走高跳、棒高跳は除く）及び投てき競技の試技数は、3回の試技をおこない順位を決定する。（トップ8などの4回目以降の試技は行わない）
- ⑦ 最高記録が同じである競技者の2番目の記録で決め、さらに決まらない場合は3番目の記録で、順位を決める。それでも決められない場合は、生年月日の早い者を上位とする。
- ⑧ ※走高跳・棒高跳では、残っている競技者が2人以上で、同一の高さの時のみ適用する。
- ⑨ 走高跳において、跳躍時は両足が地面から離れていなければならない。
- ⑩ 走高跳のバーの上げ方は次の通りとする。

男 子			女 子		
ク ラ ス	練 習	バーの上げ幅	ク ラ ス	練 習	バーの上げ幅
M24-・M25	1.35	1.40→1.45 以後5cm刻み	W24-	1.20	1.25→1.30 以後3cm刻み
M30・M35	1.35	1.40→1.45 "	W25・W30	1.20	1.25→1.30 "
M40・M45	1.25	1.30→1.35 "	W35	1.10	1.15→1.20 "
M50	1.20	1.25→1.30 "	W40	0.95	1.00→1.05 "
M55	1.10	1.15→1.20 "	W45・W50	0.85	0.90→0.95 "
M60・M65	1.00	1.05→1.10 "	W55・W60	0.80	0.85→0.90 "
M70	0.95	1.00→1.05 "	W65～W75	0.70	0.72→0.75 "
M75	0.85	0.90→0.95 "	W80～	0.60	0.62→0.65 "
M80～	0.75	0.80→0.85 "			

ア 状況により跳躍審判員主任の判断により最初の高さを変更することがある。

イ 各クラスとも競技者が1名のみ残った場合は、次の高さの希望を審判員に申し出ることができる。なお、バーを上げる高さまたはバーの上げ幅は当該審判員または審判長と相談の上、競技者が決定する。

ウ 1位を決定するため（ジャンプオフ）のバーの上げ下げは2cmとする。

エ 最低のバーの高さは、男子100cm、女子80cm以上が望ましい。

- ⑪ 棒高跳のバーの上げ方は次の通りとする。

男 子			女 子		
ク ラ ス	練 習	バーの上げ幅	ク ラ ス	練 習	バーの上げ幅
M24-・M25	2.60	2.70→2.80 以後10cm刻み	W24-	1.60	1.70→1.80 以後10cm刻み
M30・M35	2.60	2.70→2.80 "	W25・W35	1.60	1.70→1.80 "
M40	2.40	2.50→2.60 "	W40	1.50	1.60→1.70 "
M45	2.30	2.40→2.50 "	W45	1.40	1.50→1.60 "
M50	2.10	2.20→2.30 "	W50・W55	1.30	1.40→1.50 "
M55	1.90	2.00→2.10 "	W60～	1.20	1.30→1.40 以後5cm刻み
M60	1.70	1.80→1.90 "			
M65	1.60	1.70→1.80 "			
M70	1.50	1.60→1.70 "			
M75	1.40	1.50→1.60 "			
M80～	1.40	1.50→1.55 以後5cm刻み			

ア 状況により跳躍審判員主任の判断により最初の高さを変更することがある。

イ 各クラスとも競技者が1名のみ残った場合は、次の高さの希望を審判員に申し出ることができる。なお、バーを上げる高さまたはバーの上げ幅は当該審判員または審判長と相談の上、競技者が決定する。

ウ 1位を決定するため（ジャンプオフ）のバーの上げ下げは5cmとする。

エ 最低のバーの高さは、男子1m80cm、女子1m50cm以上が望ましい。

- ⑫ 競技用具について

ア 用具については、競技場備え付けのものを使用する。ただし、棒高跳のポールは各自持参すること。

イ 投てき競技の用具の使用基準

	競 技 ク ラ ス	砲丸・ハンマー	円 盤	や り
男 子	M24・M25・M30・M35 M40・M45	7.26kg	2kg	800g
	M50・M55	6kg	1.5kg	700g
	M60・M65	5kg	1kg	600g
	M70・M75	4kg	1kg	500g
	M80以上	3kg	1kg	400g
女 子	W24・W25・W30・W35・W40・ W45	4kg	1kg	600g
	W50・W55・W60・W65・W70	3kg	1kg	500g
	W75以上	2kg	0.75kg	400g

※ 競技規則の規定による仕様のうち重量のみを明記した。

7 競技用靴について

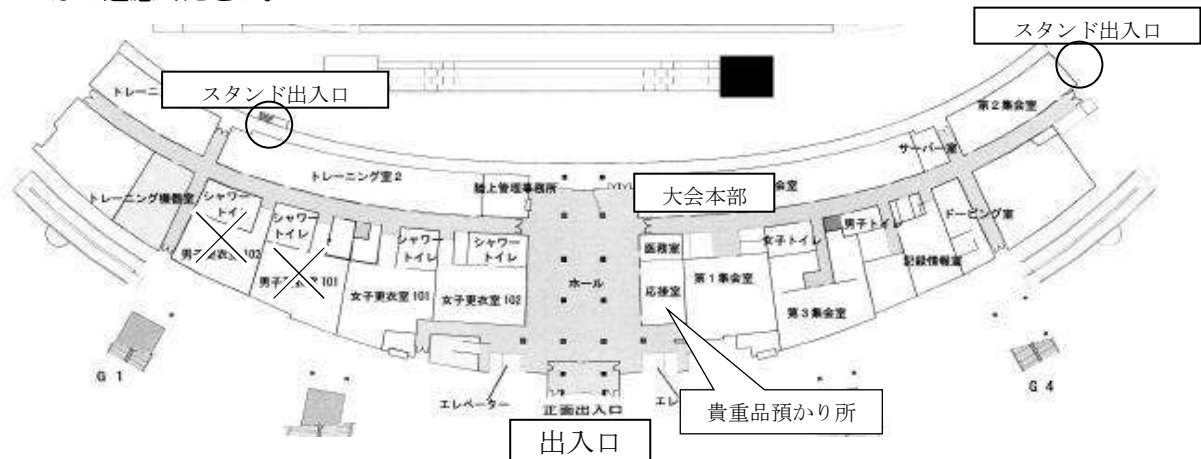
- ① 競技で使用するシューズ（スパイク・ランニングシューズを含む）は、WA規則第143条（テクニカルルール第5条）の改正ルールを適用する。不適合のシューズでの参加は認めない。※詳細は日本陸連HPを参照ください。
- ② 競技場は全天候舗装である。スパイクの数は11本以内で、スパイクのピンの長さは9mm以下のものを使用すること。ただし、走高跳、やり投については12mm以下のものを使用することができる。また、スパイクの先端付近から長さの半分は4mm以内とする。

8 記録の発表、表彰、記録証、日本記録の申請

- ① 記録の発表は、WEBにてホームページで行います。
- ② 種目別、クラス別に表彰します。  
賞状及びメダルを1位～3位まで、賞状を4位～6位まで授与する。  
競技終了後30分後をめどに準備しますので、中央玄関付近で受け取ってください。
- ③ 東京新聞、東京中日スポーツより最優秀選手賞を授与する。各賞については後日郵送する。
- ④ 記録証が必要な場合は、選手受付横にて受け付け、後日郵送します。申請用紙に必要事項を記入し、手数料300円（送料含む）をお支払いください。
- ⑤ 日本記録（世界記録）を更新した場合は、身分証明書等を準備し大会本部まで申し出てください。

9 その他

- ① 所持品については各自の責任において管理し盗難防止に努めること。万一のことがあっても責任は負わない。なお、貴重品については、医務室横の応接室に貴重品預かり所を設ける。
- ② 女子の更衣は、更衣室で行うことができる。男子の更衣室は使用できません。更衣室の場所取りはご遠慮ください。



- ③ 本競技会で万一事故が生じた際は、保険加入範囲のみで処置させていただきます。
- ④ 遺失物については、本部で保管する。
- ⑤ 選手控え場所はメインスタンドをご利用ください。メインスタンド以外の競技場内等の場所取りはご遠慮ください。コロナウィルス感染予防にご協力ください。メインスタンドへは、中央玄関より入り競技場内の2カ所（100mスタート付近及びゴール付近の階段より出入りをしてください。なお、競技運営に支障が無いようご協力ください。
- ⑥ 今大会は無観客で実施します。ご協力ください。
- ⑦ ゴミは各自持ち帰りのご協力をお願いします。
- ⑧ 別紙の「コロナ感染予防対策について」を、よく確認し競技に参加してください。
- ⑨ 体調管理シートがない場合は、100円で販売します。アスリートビブスがない場合は、500円で販売いたします。
- ⑩ 受付は、中央玄関に設置します。

## 10 会場へのアクセス

熊谷スポーツ文化公園内の駐車場は利用できません。公共交通機関または送迎等でご来場ください。

以下5月29日発表、熊谷スポーツ文化公園ホームページより

(<http://www.parks.or.jp/kumagaya/important/002/002053.html>)

### 【重要】駐車場の閉鎖期間延長について(5月29日更新)

埼玉県から、新型コロナウイルス感染症まん延防止等重点措置の再延長に伴い、重点措置区域以外の地域においても感染防止対策として、下記の期間におきまして駐車場閉鎖を延長するよう要請がありました。

感染防止対策のうち、広域での移動を極力控えていただくことをお願いする方策として実施されるものです。

当公園へのお車でのご来園はご遠慮いただきますようお願いいたします。

(注) 自動車以外での来園が困難な障害者の方に対しては別途対応いたしますので、公園管理事務所(048-526-2004)にご相談ください。

○駐車場閉鎖延長期間・・・令和3年5月12日(水曜)から**6月20日(日曜)**

○閉鎖する駐車場・・・公園内全ての駐車場

閉鎖期間中は周辺道路への路上駐車はお控えくださいますようお願い申し上げます。

ご不便をおかけいたしますが、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止を図るため、ご理解・ご協力をお願いいたします。

また、熊谷スポーツ文化公園にお越しいただく際はマスクの着用、飲食の自粛(補食や水分補給は除く)についてはご協力くださるようお願いいたします。特に園内での飲酒はご遠慮ください。

※盗撮は迷惑行為です。スタート、ゴール付近及びフィールド競技のピット付近等で撮影をされている場合は声を掛け、撮影した写真・動画を確認させていただく場合がありますのでご了承ください。特に以下のような撮影は迷惑行為となる場合があります。

- ・体の一部をアップしての撮影
- ・トラック種目のスタート時、前方・後方からの撮影
- ・競技と全く関係ない目的での撮影
- ・透過撮影、その他迷惑行為

不審者を見かけた際は近くの競技役員までお知らせください。

※盗難・置き引きには十分に注意してください。

※熊谷スポーツ文化公園は一般の利用者もいますので、迷惑になるような行為はおやめください。ウォーミングアップ等は十分に気をつけて行っていただきますようお願いいたします。

関東マスターズ陸上競技連盟ホームページ

アドレス <https://kantomasters.com/>

