

2026年 第3回陸協記録会中学の部 競技日程

競技役員主任打ち合わせ 7:40 全体打ち合わせ 7:50 補助員の招集 8:00

時 刻	ト ラ ッ ク	跳躍(高さ)	跳躍(距離)	投 擲
9:00	男3000m (2組-36)	女走高跳B (26)	男走幅跳(60)	男砲丸投A (41)
9:30				
9:15		男女棒高跳(2, 2)		
9:30	女1500m (3組-55)			女円盤投(25)
9:55	男1500m (5組-117)			
10:30	女800m (5組-80)			
10:55	男800m (6組-109)			
11:20	男400m (7組-56)			女砲丸投A (28)
11:30		男走高跳B (35)	女走幅跳(44)	
11:50	女200m (11組-81)			
12:15	男200m (16組-127)			男円盤投(29)
12:45	女100m (25組-198)			
13:25	男100m (29組-226)			
13:20			男女三段跳 (24, 1)	
14:10	女100mH (7組-54)			
14:35	男110mH (5組-39)			
15:00	女低4×100m (4組-32)			
15:10	男低4×100m (7組-52)			
15:45	女4×100m (7組-53)			
16:10	男4×100m (9組-65)			
16:40	終了予定			

◎競技注意事項

- (1) 2026年度陸上競技連盟及び、本大会申し合わせ事項により実施する。
- (2) ウォーミングアップや練習は、すべて競技場北側の多目的グラウンド（競技場側1／2面）または全天候走路を使用すること。また、競技場での練習は、7：30～9：15とする。レーンの使用は、1・2レーンは周回のスピード練習（ジョグ等はレーンの外側で行うこと）、3～6レーンは短距離練習、7・8レーンはハードル練習とする。バトン練習については、バックストレートのみとする。
- (3) 競技場、全天候走路とも備え付けの用具を使用すること。ラダー、ミニハードル、ゴムチューブ等を使用してのスピード練習は禁止する。なお、投てき練習（メディシンボール等を含む）は、競技場の内外を問わず一切禁止する。
- (4) 皇子山陸上競技場ではスパイクのニードルピンが使用禁止のため、付け替えなければ競技に出場できない。ただし、固定されているものは例外とする。
- (5) トラック競技のセパレートレーン種目については、個人登録番号の腰ナンバー標識を用意すること。800m、1000m、1500m、3000mについては、主催者（出発係）で準備する別腰ナンバー標識を使用するので、招集時に受け取ること。
- (6) 110mH（男）高さ91.4cm、13m72－9m14－14m02
100mH（女）高さ76.2cm、13m00－8m00－15m00とする。
- (7) 招集については、トラック種目は出発地点、フィールド種目は各ピットで行う。
- (8) 招集時刻は、下記の通りとする。

100m・200m・400m 800m・100mH・110mH 4×100m	1～10組………競技開始15分前 11～20組………競技開始時刻 21組～ ……競技開始15分後
1500m・3000m	1～3組………競技開始15分前 4組～ ……競技開始時刻
フィールド種目	競技開始40分前

- (9) リレーは上記時間に第1走者のみ招集を行う。第2走者以降の選手は各中継地点に集合すること。
- (10) 800m、3000mにおいては、2段階によるグループスタートにすることもある。
- (11) フィールド種目は3回の試技とする。ただし、諸事情によりセレクションラインを設ける場合がある。
- (12) 三段跳の踏切板から砂場までの距離は、10m00と9m00の2ピットを設定する。
- (13) フィールド種目A・Bピットは、
走高跳、砲丸投・・・A 100mゴール側、B スタート側とする。
- (14) 競技進行やコンディションにより競技時刻の変更があり得るので、アナウンスの指示に従うこと。
- (15) リレーに出場するチームは、招集完了時刻1時間前までにオーダー用紙を本部記録席に提出すること。
オーダー用紙は学校受付場所に置く（『スパイクの跡』に綴じ込みのものも可）。
- (16) 共通リレーと低学年リレーは兼ねて出場することができない。
- (17) 走高跳、棒高跳のバーの上げ方は、下記の通りとする。
男子走高跳・・・・・・練習1m45 試合1m50 以下5cm刻みで1m80から3cm刻みとする。
女子走高跳・・・・・・練習1m20 試合1m25 以下5cm刻みで1m45から3cm刻みとする。
男子四種走高跳・・・・練習1m40/1m55 試合1m45 以下5cm刻みで1m70から3cm刻みとする。
女子四種走高跳・・・・練習1m15/1m30 試合1m20 以下5cm刻みで1m45から3cm刻みとする。
男子棒高跳・・・・・・練習任意の高さ 試合2m30 以下10cm刻みとする。
女子棒高跳・・・・・・練習任意の高さ 試合1m80 以下10cm刻みとする。
- (18) 当日朝の段階で棄権が確定している場合は、顧問が本部記録席に連絡すること。場合によっては、組数を減らし、組み直すこともある。
- (19) その他は第1回陸協記録会中学の部に同じ。