

# 競 技 注 意 事 項

1. 競技は本大会要項、並びに2026年度日本陸上競技連盟規則に準じて行う。
2. レーン、試技順はアスリートランキング記載の通りとする。  
男女100m、200mについては予選と決勝を行う。決勝におけるレーンは番組編成員で公正な抽選により決定する。その他のトラック種目はタイムレースとする。  
フィールド競技の試技数は3回とする（この中で順位を決定する）
3. オープンレーンになる800m以上のトラック競技出場者は右腰やや後方に主催者が用意した腰ナンバーカードをつける。フィニッシュ後はその腰ナンバーカードを役員に必ず返却すること。  
セパレートレーンで競技する400mまでのトラック競技出場者は個人の腰ナンバーカードを準備し、コールを受けること。
4. ウォーミングアップの使用について
  - ・競技場での練習時間は7：30～8：30とする。
  - ・レーンの使用は1・2レーンはジョグ専用、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。
  - ・8：30以降の練習は競技場外で行う。練習に室内練習場は使えません。
  - ・投てき練習（メディシンボールを含む）は、競技場内外を問わず一切禁止する。
5. 競技規則TR5.2の改訂に伴い、ソールの厚さが規定以上のシューズでは競技に出場できない。トラック種目出場者はスパイク着用がのぞましい。スパイクのニードルピンは使用できない。
6. 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。  
招集時間は以下の通りとする。競技日程で出場種目の招集時間を確認すること
  - トラック種目・・・競技開始20分前  
ただし、男子1・2年100mは、組によって招集時間が異なる。
  - フィールド種目・・・競技開始30分前招集場所にて競技役員より点呼を受ける。ただし、他種目出場中は代理をたてること。  
リレーは競技日程に記載されている時間に第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
7. リレーに出場するチームは、招集完了時刻1時間前までに室内練習場の学校受付の場所にオーダー用紙を提出すること
8. 当日、棄権がある場合は、その種目の招集時間に、同じ学校の生徒から競技役員に伝えること
9. 決勝のある種目で同タイムの者が多くレーンが不足する場合は、本人の抽選により決定する。

10. バーの上げ方

○走高跳（四種競技も同様）

男子・・・（練習120/140/155）125 130 135 140 145 150 155 160 165 170 173 176

女子・・・（練習110/120/135）115 120 125 130 135 140 145 150 153 156

○棒高跳

男子・・・（練習210）220 230 240 250 260 270

女子・・・（練習170）180 190 200 210 220 230

11. 走幅跳はセレクションラインを設ける。

走幅跳 男子4m30 女子3m50

なお、三段跳の 男子は砂場から9m00のところを踏切位置とする。 （女子7m00）

12. 応援などを含めて競技のマナーをよく守り、中学生競技者として恥ずかしくない行動をとること。

13. 生徒同士のトラブル等、発生しないように各校で十分指導する。

14. 助走マーク、リレーマークなどで使用したテープは、各自・各チームで確実にはがして持ち帰ること。

15. 自校の応援席は清掃に努め、常に清潔に保つこと。ごみについては各自が持ち帰ること。

16. 表彰式は行わず、閉会式が終わり次第、各学校1位～3位の入賞者の賞状を顧問が室内練習場学校受付の場所にて受け取ること。

17. 室内練習場の2階には生徒、保護者ともに上がらないようにお願いします。