

# 競技注意事項

- 1 競技規則について  
本大会は2019年度日本陸上競技連盟規則並びに、本大会実施要項によって行う。
- 2 練習（ウォーミングアップ）について  
練習は競技の支障の無いように競技場で行うこと。特に安全に注意すること。
- 3 招集について
  - (1) 招集所は100mスタート後方用器具倉庫前にもうける。
  - (2) 招集開始時刻および終了時刻は次の通りとする。
    - ・トラック競技 競技開始40分前より20分前まで
    - ・フィールド競技 競技開始60分前より40分前まで
  - (3) 招集に遅れた者は、棄権とみなし出場を認めない。
  - (4) リレーのオーダーは、競技開始60分前までに招集所に置いてあるリレーのオーダー用紙に記入し、競技者係に提出しなければならない。
  - (5) オーダー用紙提出は招集を受けたことにならない。
  - (6) 小学生は、行わない。ただし各チームの責任者は、時間に充分注意して出場者をトラック競技は競技開始15分前までにスタート付近、フィールド競技は競技開始20分前までに競技場所に集合させること。なお、リレーは競技開始20分前までに用器具倉庫前付近に4人そろって集合すること。
- 4 競技について
  - (1) 短距離種目では、競技安全確保のため、フィニッシュライン通過後も自分のレーン（曲走路）を走る。
  - (2) 長距離種目のフィニッシュは、3レーンより外側のレーンで行う。
- 5 ナンバーカードについて
  - (1) ナンバーカードは2019年度の登録番号とする。
  - (2) ナンバーカードは、胸部と背部につける。ただし、跳躍競技に出場する選手はどちらか片方でもよい。
  - (3) トラック競技に出場する選手は招集所で受け取った腰ナンバーカードを右腰や後方につけてレースに出場しなければならない。レース終了後、すみやかに腰ナンバーカードを返却すること。
- 6 競技の番組編成について  
トラック競技のレーン順およびフィールド競技の試技順は、プログラム記載の左から右（上から下）とする
- 7 競技用靴について  
スパイクの長さは8mmをこえてはならない。
- 8 競技用具について  
本競技場に備えてある投てき用具以外の物を使用する場合検定に合格した物以外は使用してはならない。
- 9 走高跳におけるバーの上げ方

中 学	男子	1m35（練習）1m40-1m45-1m50-1m55-1m60-1m65-1m70-1m75-1m80以後 3 cm
	女子	1m15（練習）1m20-1m25-1m30-1m35-1m40-1m45-1m50-1m55 以後 3 cm
高 校	男子	1m40（練習）1m45-1m50-1m55-1m60-1m65-1m70-1m75-1m80-1m85以後 3 cm
	女子	1m20（練習）1m25-1m30-1m35-1m40-1m45-1m50-1m55 以後 3 cm

・場合によっては変更することもある。