

陸連 25 発 4006 号

2025 年 6 月 23 日

各加盟団体専務理事・理事長各位

公益財団法人日本陸上競技連盟

専務理事 田崎 博道

WA 競技規則変更（300mH 及び 4×100mR 男女混合）に伴う国内での対応について

平素は、日本陸上競技界発展のため格別のご協力を賜り、厚くお礼申し上げます。

さて、ワールドアスレックス（WA）は 2025 年 3 月 24、25 日のカウンシル会議にて 300mH および 4×100mR 男女混合を新たに公認種目の対象とすることを決定し、Competition Rules & Technical Rules（以下、WA 規程）を変更いたしました。

この変更に関して国内においても対応するものとしますが、公認種目の対象としては 2026 年度からといたします。

但し、今年度からこの変更に対応する必要がある国内競技会がありますので、関係者へのご周知の程、よろしくお願いします。

記

1. 300mH

①規格

【WA 300mH】

		ハードルの 標準の高さ	スタートラインから 第一ハードルまでの距離	ハードル間の距離	最後のハードルから フィニッシュラインまでの距離
男子	一般	914mm	50m	35m	40m
	U20				
	U18	838mm			
女子	一般	762mm	50m	35m	40m
	U20				
	U18				

・ハードルの台数 : 7 台

・ハードルの設置位置 : 400mH の 4 台目からと同じ位置

【国内 300mH】

		ハードルの 標準の高さ	スタートラインから 第一ハードルまでの距離	ハードル間の距離	最後のハードルから フィニッシュラインまでの距離
男子	U20	914mm	45m	35m	10m
	U18	838mm			
女子	U20	762mm	45m	35m	10m
	U18				

・ハードルの台数 : 8 台

・ハードルの設置位置 : 個別に検定された位置

②今年度の国内での対応

- ・WA 規格 300mH は公認種目としない
- ・海外で行われた WA 規格 300mH での日本陸連登録者の記録については、日本最高記録として扱う

③2026 年度以降の国内での対応予定（詳細は 2026 年度競技規則にて）

- ・WA 規格 300mH を新たに公認記録対象種目とする
- ・現在の国内規格 300mH についても引き続き公認記録対象種目とする
- ・両者の規格の違いが判る種目名を付与する

④2026 年度以降の競技場の対応

- ・WA 規格 300mH の新たな表示を行わない。（400mH 4 台目が 1 台目となる）
- ・国内規格 300mH を行わない（必要としない）競技場では、検定時にビスの撤去とペイントの消去をする
- ・ビスを抜いた穴はウレタンでは充填は不要であるが、施工業者に確認すること
- ・但し、300mH 4 台目は 150m スタートとなるので、ビスを抜かずに、ビスを存置し、「150s -レーン数字」とペイントする。

2. 4×100mR 男女混合

①WA 規程

- ・新 TR24.11 4×100m 男女混合は、各チームは男女 2 名ずつで編成される
走る順番は女子－女子－男子－男子とする

（以降の競技規則番号の繰り下げ）

②今年度の国内での対応

- ・4×100mR 男女混合は公認種目とはしない
- ・海外で行われた 4×100mR 男女混合の日本陸連登録者（チーム）の記録については、日本最高記録として扱う
- ・WA 規程の競技規則番号の繰下げに対応するため、WRk 競技会のみ、該当する部分の競技規則番号の読み替えを行う（別紙参照・監察記録用紙や記録申請時に使用）

③2026 年度以降の国内での対応予定（詳細は 2026 年度競技規則にて）

- ・4×100mR 男女混合を公認種目とする

以 上

(別紙 1)

「JAAF が定めている記録用紙などの様式」に関するお知らせ

- ① WA の今次修改正に対応した WRk で使用する「JAAF-19C : WRk 監察員記録用紙の違反一覧」のサンプルを別紙 2 として本通知に添付しています。
- ② WA による TR24.11 の追加 (4×100mR 男女混合) に伴う規則番号の読み替えは、WRk で必要になるため、WRk 対応の監察員記録用紙 C・D を陸連 HP に追加掲載します。監察員記録用紙 A・B については、WRk 対応に合わせた追加は行いません。当該規則の追加は、国内において 2025 年度は WRk でのみ対応しますが、非 WRk では対応しないことから、規則番号の読み替えはしません。
- ③ これまでリレーの走順 (TR24.12 [WRk は TR24.13]) に関しては、監察員記録用紙の違反一覧として記載していなかったため、失格事由として「申告された競技者がその走順で走らなかった」を非 WRk 用も含めて一覧に追加し、差し替えを行います。

以 上

監察員記録用紙 C ② **WRk対応**

※ WRkでは、TR24.11を適用するため、これまでのTR24.11がTR24.12に、以降順に繰り下がります
 ※違反内容を1ページにまとめたものです。文字が小さいと感じたら③を使用してください。

規則違反内容		規則 No.
共通	服装・靴・アスリートビブスについてTR5を遵守しなかった	TR5.11
	助	TR 6.2
	競技中、競技区域内で、以下の事象を含む助力を与えた・受けた	
	主催者に任命されていない者からの介助・手助けを受けた (TR6.1)	
	承認を得ていない者から、途中時間を知らされた (TR17.14)	
	力	TR 6.3.1
	主催者が設置した供給所以外で飲食物や水を受け取った、	
	同一レースに参加していない者によってペースを得た。	
	周回遅れか、周回遅れになりそうな競技者がペースメーカーとして競技をした	
	各種プレーヤー・携帯電話などの通信機器を競技区域内で所持・使用した	TR 6.3.2
	転倒後、前に進むための手助けを得た	TR 6.3.6
	上記以外の許されない助力があった	TR 6.3~5
	警告除外	TR7.1
	誠実に力を尽くして競技に参加しなかった。反スポーツマンシップ行為、不適切行為があった。	TR7.3
	TR7.1を適用した後の2度目の警告を受けた	TR7.4
	リレーチームの失格がTR7.1を適用された個人の行為であり、当該選手は2度目の警告となった	
	スタート	
	「On your marks」または「Set」の	
	合図の後で、正当な理由もなく手を挙げた、立ち上がった	TR 16.5.1
	合図に従わない。速やかに位置につかない	TR 16.5.2
	合図の後、音声・動作などで他の競技者を妨害し、他の競技者の不正スタートを生じさせた	TR 16.5.3
	不正スタート〔 単独種目 / 混成競技 (TR39.8.3) 〕	TR 16.8
	妨害	
	妨害行為があった（詳細は所見欄に記入）	TR 17.1
	他者や物に押されて・妨害されて、自分のレーンの外、縁石・ライン上や内側に入った	TR 17.3.1
	行	
	レーン	
	で	
	直走路で自分のレーン外を曲走路で自分のレーンの外側を 踏んだ、走った、歩いた	TR 17.3.2
	曲走路で、レーン左側の白線や走路の境界を示す縁石または白線に1回(1歩)だけ触れた	TR 17.3.3
	曲走路で、レーン左側の白線や、走路の境界を示す縁石や白線に	TR 17.3
	2回(2歩)以上触れた。または、TR17.3.3を適用した後の2回目の違反	
	行	
	レーン	
	を	
	曲走路で、走路の境界を示す縁石や白線に1回(1歩)だけ踏んだ、完全に越えた(内側に入った)	TR 17.3.4
	曲走路で、走路の境界を示す縁石や白線に2回(2歩)以上踏んだ、完全に越えた	TR 17.3
	(内側に入った)または TR17.3.4 を適用した後の2回目の違反	
	縁石の内側に入ったあと、囲まれた状況から抜け出す際、実質的な利益があった	TR 17.4
	ブレイクライン手前でレーンを離れ内側レーンに入った	TR 17.5
	競技者が自らの意思でトラックから離脱した	TR 17.6
	リレー以外で走路上や走路脇にマークをつけた、物を置いた。指導したが取り除かなかった	TR 17.7
ハードル	割り当てられたレーン以外を走った	TR 22.6
	すべてのハードルを越えなかった	TR 22.6
	ハードルを越える瞬間に足・脚がハードルをはみ出てバーの高さより低い位置にあった	TR 22.6.1
	手や体、振り上げ脚の前側でハードルを〔 倒した / 移動させた 〕	TR 22.6.2
	自分や他のレーンのハードルを〔 倒して / 移動させて 〕他の競技者に影響を与えた・妨害した	TR 22.6.3
障害物	水濠へ向かう迂回路の直線区間で走路外を踏んだ、走った、歩いた	TR 17.3.2
	すべての障害物と水濠を越えていない	TR 23.7
	水濠のある場所で、水濠以外の地面を踏んだ(水濠の右左を問わず)	TR 23.7.1
	障害物を越える瞬間に、足・脚が障害物をはみ出して障害物の高さより低い位置にあった	TR 23.7.2
リレー	許可されている以外のマーカーを剥がすよう指導したが、従わなかった	TR 24.4
	バトンを手でもち運ばなかった	TR 24.5
	手袋をはめた、何かを手に付けた	TR 24.5
	バトンパスの〔 完了前に後走者／完了後に前走者 〕が落としたバトンを持った	TR 24.6
	バトンを拾い上げた後、落とした地点に戻らずにレースを再開した	TR 24.6
	バトンを落とした際、または落としたバトンを拾う際、他のチームを妨害した	TR 24.6
	バトンパスがテイク・オーバーゾーン内で完了しなかった (オーバーゾーン)	TR 24.7
	バトンを渡し終えた競技者が他のチームを妨害した	TR 24.8
	他のチームのバトンを使った、拾い上げた	TR 24.9
	落としたバトンを他のチームが拾い上げたことで、落としたチームが有利になった	TR 24.9
	申告された競技者がその走順で走らなかった	TR 24.13
	ブレイクライン手前でレーンを離れ内側レーンに入った	TR 24.19
	テイク・オーバーゾーンの外からスタートした	TR 24.21
	コーナートップの順に並んだあと 入れ替わった	TR 24.22
	コーナートップ順に並んだ次走者が、内側に移動する際に他の走者を妨害した、押しのけた	TR 24.23