

## 競技注意事項

### 1. 競技規則について

本大会は、令和2年度(公財)日本陸上競技連盟競技規則、(公社)日本マスターズ陸上競技連合競技規則ならびに本大会実施要項、競技注意事項により実施する。

### 2. 競技者の招集について

- ① 招集所は、競技場正面スタンド下ゴール側に設ける。
- ② 招集時刻は当該種目の競技開始時刻を基準とし、次のとおりとする。

	招集開始時刻	招集完了時刻
トラック競技	1時間前	20分前
フィールド競技	1時間前	30分前

- ③ 2種目以上を同時に兼ねて出場する競技者は、最初の競技開始前に競技者係に申し出ること。フィールド種目のみについて試技順を変更して出場させることがある。

### 3. 競技場内への入退場について

- ① 競技者及び競技役員・補助員以外は競技場内に立ち入ることはできない。

### 4. ナンバーカード(ビブス)について

- ① ナンバーカード(ビブス)は、主催者が用意したものを、受付時に配付する。(返却の必要はありません)
- ② ナンバーカード(ビブス)は、配付された大きさのまま使用し、数字が明瞭に見えるように、折り曲げずにユニフォームの胸と背に付けること。ただし、跳躍競技に出場する競技者はどちらか一方でもよい。
- ③ トラック競技の種目においては、主催者が用意した腰ナンバーカード(ビブス)をパンツの右横に付けること。

### 5. トラック競技について

- ① 走路順は、プログラム記載の順とする。
- ② トラック競技で棄権がある場合は、その競技者のレーンを空ける。
- ③ 全種目タイムレース決勝とする。同タイムは、生年月日の早いものを上位とする。
- ④ 400mまでの競走では、「On Your marks (オン ユア マークス)」、「Set (セット)」の言葉を用いる。
- ⑤ 不正スタートについて、競技者は1回目の不正スタートから、すべて失格とする。
- ⑥ 3000m以上の長距離種目には制限時間を設ける。制限時間を超えて次の周回に入れない。

制限時間 3000m 21分 3000mW 24分 5000m 36分

- ⑦ シューズはWA規則に定められたものを使用すること。

靴底の厚み 800m未満:20mm以下 800m以上:25mm以下 競歩:40mm以下

### 6. フィールド競技について

- ① 試技順は、プログラム記載の順とする。
- ② 距離を競う競技では3回の試技を行い、各クラストップ8がさらに3回の試技を行う。
- ③ 走高跳のバーの上げ方は、男女とも5cm刻みとする。ただし、気象条件、運営等の都合で変更する場合がある。
- ④ 走幅跳の踏切板から砂場までの距離は、2m及び1mとする。なお、1mは踏切板の設備がないため、全天候舗装の上に白線と緑線で表示する。また、競技者は自分の使用する踏切板を競技開始前に審判に申告すること。
- ⑤ 記録による順位決定が出来ない場合は生年月日の早いものを上位とする。
- ⑥ シューズはWA規則に定められたものを使用すること。

靴底の厚み 三段跳を除くフィールド種目:20mm以下 三段跳:25mm以下

## 7. 用器具について

- ① 競技用の用器具は、競技場備え付けのものと主催者が用意したものを使用する。ただし、練習用のものは各自で用意すること。
- ② 投てき競技の用具の使用基準(重さ)は、下記の通りとする。

	クラス	砲丸	円盤	やり
男子	M24～M45	7.26kg	2kg	800g
	M50～M55	6kg	1.5kg	700g
	M60～M65	5kg	1kg	600g
	M70～M75	4kg		500g
	M80以上	3kg		400g
女子	W24～W45	4kg	1kg	600g
	W50～W55	3kg		500g
	W60～W70			※ 500g
	W75以上	2kg	0.75kg	400g

※2015/04 改正

## 8. 表彰について

- ① 各クラス各種目の3位までの入賞者には、賞状を1階玄関ホールにてお渡しします。受け取られない場合でも原則として郵送はしません。必ずお持ち帰りください。

## 9. 競技場使用上の注意について

- ① 競技場使用規定を遵守すること。
- ② スパイクは全天候舗装用の9mm以下のピンを使用すること。ただし、やり投、走高跳については12mm以下とする。
- ③ 競技者が使用するマーカーは、主催者が用意したもの、または許可を得たものを使用すること。

## 10. 練習について

- ① 練習は、競技場内バックストレッチ側において、トラック外側のフィールド及び競技が行われていない時のトラックで安全に留意して行うこと。
- ② フィールド種目の競技場での公式練習は2回とする。ただし、運営上の都合により1回とする場合がある。

## 11. その他

- ① 更衣は、メインスタンド1階更衣室をご使用下さい。(使用時間は出来るだけ短時間として下さい)
- ② 所持品については、各自の責任において管理すること。物損事故について主催者は一切責任を負わない。
- ② 競技中に発生した傷害及び事故に対して、主催者は応急の処置を行なうが、その他の処置・行動等は各自の責任で行うこと。
- ③ 大会参加者は、一括して大会当日のみ傷害保険に加入します。主催者は傷害保険以外の補償は一切行なわないので、万一に備えて健康保険証を必ず持参すること。
- ④ 記録は、1階玄関脇に設けた記録掲示板に掲示する。