

競 技 注 意 事 項

- この競技会は、2023年度（公財）日本陸上競技連盟規則 及び（公社）日本マスターズ陸上競技連合規則並びに本大会要項及びこの競技注意事項により実施する。
- 練習について
練習は、投てきを除き、ちよるる広場を使用すること。その他は、審判員の指示による。
- 招集について
 - 選手は、招集完了時刻までに選手招集所（第2ゲート外側）で点呼を受けること。
（胸・背部に付着したナンバーカードを提示できるよう準備のこと）
 - 2種目を同時に兼ねて出場する者は、本人（代人）が競技開始 40 分前までに競技者係に申し出ること。
 - 招集時刻について
トラック競技は、**競技開始時刻 20 分前**、フィールド競技は**30 分前に完了**するので、遅れないように注意すること。ただし、**棒高跳については、40 分前完了**とする。
競技者係で時間内に招集を完了しない場合は、失格となる。十分注意されたい。
- 競技用具について
○ハードル・投てき用具・障害物競走等については、別表 1 ～ 6 までの基準を適用する。
*投てき用具は、主催者が用意した物を使用すること。ただし、個人所有の用具を使用する者は、その競技時刻の1時間前までに係員の検査を受け承認され、かつ全競技者が使用をできる場合は自分の用具を使用できる。（検定場所は、第4ゲートの用器具庫）
- 競技について
 - トラック競技は、タイムレースとする。
同記録で着差なしの場合は、生年月日の早い者を上位とする。
長距離種目は、**3000m18分 5000m30分 3000mW28分 3000mSC15分**を超えて次の周に入らない。
 - スパイクシューズのピンは11本以内とし、長さは、全天候用9mm以下のピンを使用すること。走高跳、やり投げは、12mm以下とする。靴底の厚さは20mm以下とする。ただし、800m以上の種目（障害物競走を含む）及び三段跳の場合は25mm以下とする。その他競技用靴に関する要件は日本陸上競技連盟競技規則 TR5の規定による。
- 跳躍（走高跳・棒高跳を除く）、投てきは決勝とし**試技数は4回**とする。3回の試技によりベスト8を選出し、その競技者にさらに1回の試技が許される。競技者が8人以下の場合には、各競技者に4回の試技が許される。
- 走幅跳の踏切位置は**2m**、三段跳は、踏切板の踏切位置を原則として、**5m・7m・9m・11m・12m**とする。**立五段跳**についても、**三段跳と同様**とする。競技中の踏切位置の変更はできない。
立五段跳は、踏切は両足を揃える、左右交互の足で跳躍し、着地は両足を揃える。
- 走高跳・棒高跳のバーの上げ下げは、審判員の指示に従うこと。
- 表彰について
 - 各種目（クラス）ごとの1位～3位の入賞者には、賞状を授与する。
 - 男女それぞれ優秀選手は、別途表彰する。（最優秀選手男女各1名・優秀選手8名・敢闘選手5名）
- アスリートビブスの着用について
競技者は、所定の大きさのまま胸と背に必ずナンバーカードを装着のこと。跳躍競技はどちらか一部のみでもよい。なお、トラック競技の長距離種目（1500m・3000m・5000m）は、腰ナンバーを貼付すること。
腰ナンバーは、招集場で渡される。
※アスリートビブス・腰ナンバーについては、返却の必要はない。

11. 競技進行の**タイムテーブルは変更もあり得るので、アナウンスには注意**すること。
12. 競技中の事故については、主催者は応急処置はするが、以後は一切責任を負わない。
また、競技場における物損事故についても責任を負わない。
13. 競技記録
各種目(各クラス毎)の記録は、クラス別公認記録となる。
14. リレーのオーダー用紙の提出と点呼
チームの代表は、競技開始の2時間前までに、競技者係に準備してある最終オーダー表を競技者係に提出すること。オーダーの提出は、招集・点呼を受けた事とはならないので注意すること。
15. 記録証の必要な者は、TIC に申し込むこと。その際、記録証代金 500 円と郵送費 200 円 計 700 円を支払い
申込票、準備された封筒に住所等を記入して申し込むこと。記録証は後日郵送する。