

■ 陸上競技の規則 [1] [審判員の種類・競技規則総則]

[1] 競技規則と競技注意事項

- 競技規則 → 陸上競技会、陸上競技の共通ルール
 - 競技注意事項 → 競技会毎の「個別ルール」「ローカル・ルール」
 - ・ 競技規則にはないが、当該競技会で適用するルール
 - ・ 大会レベルに合わせて競技規則を一部変更したルール（競技規則よりも「緩い規則」だと「非公認」に）
 - ・ 競技規則を当該大会に適用する際に明確化したルール
- 【例】走高跳の初めの高さ、バーの上げ方 など

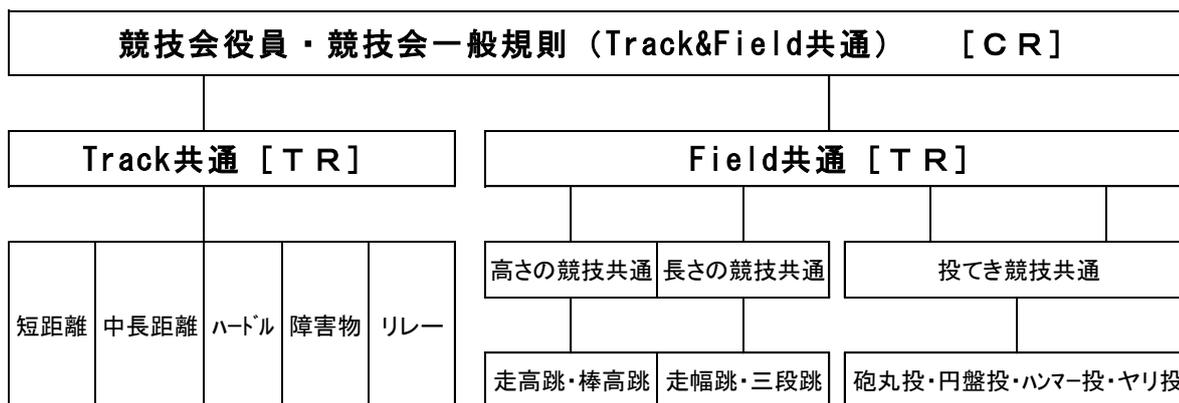
[2] 公認競技会規程（国内） RB2025：P341

■記録が公認される競技会の条件

- 第5条 参加競技者 → 日本陸上競技連盟登録会員のみが参加できる
- 第6条 競技規則の順守 → 日本陸上競技連盟競技規則に基づいて行われる
- 第7条 競技場及びコース → 公認競技会は、本連盟の公認競技場等で行う
- 第8条 審判 → 審判員は、補助員を除きすべて公認審判員であること

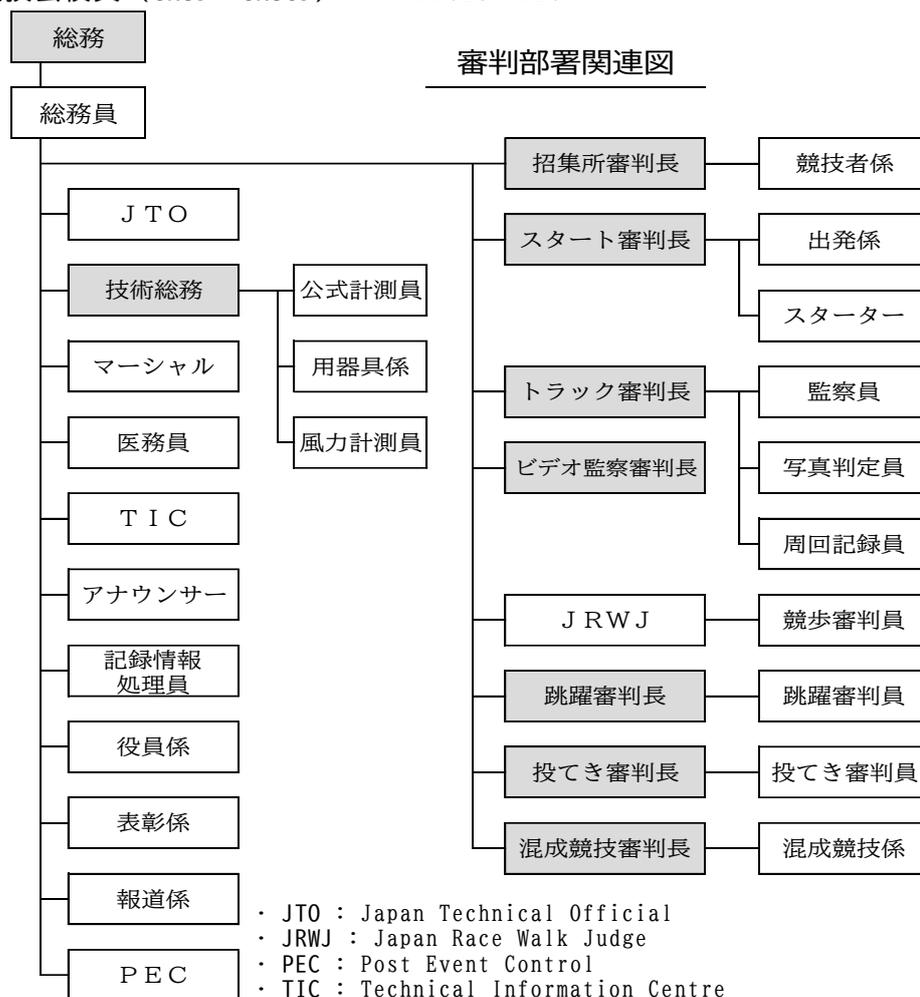
[3] 日本陸上競技連盟競技規則（RB2025：P17～）

- 規則中の表記 [国内] [注意] [国際] [国際-注意]
- 競技規則の体系
 - ・ 広義の競技規則 → 競技会規則(Competition Rules：CR) & 競技規則(Technical Rules：TR)
 - 競技会規則(CR) → 「競技会」について共通して定められた規則
競技会役員、記録の取扱い等
 - 競技規則(TR) → 「競技種目」毎の規則
トラック競技、フィールド競技



- 1: この他に[混成競技規則][室内競技規則][競歩競技規則][道路競技規則]など
- 2: [競技用靴に関する規定][駅伝競走基準][公認審判員規程][公認競技会規程][公認記録規程]
[競技会における広告および展示物に関する規程][競技場に関する規定]など

[4] 競技会役員 (CR3. ~CR36.) RB2025 : P29~



■ CR15. 総務 [競技会を順調に進行させる責任を負う] RB2025 : P42

・ 総務員を配置し、任務の一部を代行させることができる

【例】トラック競技担当総務員、抗議担当総務員、進行担当総務員 等

■ CR16. 技術総務 [主に競技会を行う場所や使用する用器具について責任を負う] P43

・ この部署には「公式計測員」「用器具係」「風力計測員」が配置される

■ CR18. 審判長 RB2025 : P46

[ウォーミングアップ場から表彰終了まで競技規則と競技注意事項が遵守されているかどうかの責任を負う]

・ 必要に応じて複数の審判長を置く場合が多い

【例】招集所審判長・トラック審判長・スタート審判長・フィールド審判長（跳躍審判長・投てき審判長）・混成競技審判長・場外競技審判長・ビデオ監察審判長

・ 審判長は競技を終えても担当した種目に権限を持つ

・ すべての最終結果を照合し、問題点を処理しなければならない

・ 競技規則に明記されていない事象が生じた時の最終判断を行う

・ 公式発表された結果に対する「抗議」に対応する

- CR19. 審判員 RB2025：P50
 - ・トラック競技および道路競技 ⇒ 決勝審判員（着順判定）
 - ・フィールド競技 ⇒ 跳躍審判員、投てき審判員
試技を判定し、記録。有効試技は白旗、無効試技は赤旗

- CR20. 監察員 [審判長の「目」の役割] RB2025：P52
 - ・いかなる規則違反も黄旗を挙げて、あるいは主催者が許可した信頼性のある方法で当該審判長に伝達する。
[レーン侵害] [ハードリング] [ブレイクライン] [バトンパス] 等
 - ・最終判定の権限はない

- CR21. 計時員、写真判定員とトランスポンダー係 RB2025：P54
 - ・TR19. 計時と写真判定 参照

- CR22. スターター・リコーラー [スタート地点における競技者を完全に統括する]
 - ・全ての競技者にとって公平・公正なスタートを保証する
 - ・ゼロ・コントロール テスト（TR19.19）の実施
ピストルの合図と写真判定装置の動作の正確性の確認
 - ・不正スタート時の警告や失格の決定

- CR23. 出発係 RB2025：P57
 - ・スタート地点でのビブスの点検
 - ・各競技者をスタートラインの後方約3mのところを集めて、競技者を正しいレーンまたは定められた位置に並べる
 - ・バトンの用意、回収

- CR24. 周回記録員 RB2025：P57
 - ・1500mを超える競走では各競技者の走り終わった回数を記録しなくてはならない

- CR25. 記録・情報処理員、T I C RB2025：P58
 - ・記録・情報処理：結果の集計、発表
 - ・T I C：テクニカル インフォメーションセンター
各チーム代表・選手・主催者・競技会運営者間のコミュニケーション窓口
【例】抗議受付窓口、持込投てき物預かり、各種書類の配布・受け取りなど

- CR26. マーシャル RB2025：P62
 - ・総務の配下で、場内の完全な統制権を持ち、競技場内をコントロールする
 - ・関係のない者を競技区域に入れない

- CR27. 風力計測員 RB2025：P63
 - ・走る方向に対する風力を計測
トラック：TR17. 8～12 ・ フィールド：TR29. 10～12
 - ・国内では気象状況も計測

■ CR28. 科学計測員 RB2025：P64

- ・光波計測装置及びビデオ計測器装置を用いて、距離や高さを計測
- ・対象となる競技種目の開始前に精度を確認
計測ポイントにマークを置き、鋼鉄製巻き尺の計測値と比較
- ・競技終了後、最初に計測したポイントの計測値をチェック（鋼鉄製巻き尺との比較は不要）



■ CR29. 競技者係 RB2025：P65

- ・招集所で競技者の参加意思の確認
- ・ユニフォーム、靴、スパイクの確認
- ・アスリートビブス、広告規程違反等の確認
- ・ウォームアップ場から競技場への移動の監督

■ [国内] CR35. アナウンサー RB2025：P67

- ・観衆に対して各種目の参加競技者の氏名、(可能ならば)ナンバー、予選の組合せ、抽選で決まったレーン順あるいは試技順および競技の途中経過などの情報を知らせる

■ [国内] CR36. 公式計測員 RB2025：P67

- ・技術総務のもとで、競技場のマーキングと設備の正確性を確認し、技術総務に報告
- ・投てき用具の確認、報告 (CR16. [国内]) (持込投てき物の検査)

Memo

[5] トラック競技に関する主な競技役員

- ・ CR18 [RB2025:P46] <トラック><スタート><招集所>審判長
- ・ CR29 [RB2025:P65] 競技者係
- ・ CR23 [RB2025:P57] 出発係
- ・ CR22 [RB2025:P54] スターター・リコーラー
- ・ CR21 [RB2025:P54] 写真判定員 (計時員、決勝審判員)
- ・ CR24 [RB2025:P57] 周回記録員
- ・ CR20 [RB2025:P52] 監察員
- ・ CR27 [RB2025:P63] 風力計測員
- ・ CR25 [RB2025:P58] 記録・情報処理員 (番組編成員)
- ・ CR38 [RB2025:P67] アナウンサー
- ・ CR26 [RB2025:P62] マーシャル
- ・ CR16 [RB2025:P43] 用器具係 (技術総務の配下)

■ CR18：<トラック><スタート><招集所>審判長

- ▶競技規則と競技注意事項を遵守させる責任がある
 - ・競技規則や注意事項に規定されていない事項の決定
 - ・順位に関する最終決定
 - ・スタートに関する最終決定
 - ・異議や抗議の裁定
 - ・不適当な行為をした競技者に警告を与え、除外する権限
 - ・競技のやり直しを命じる権限

等

■ CR29：競技者係

- ・招集所での出場者のチェック（アスリートビブス、腰ナンバー標識）
- ・リレーチーム編成（オーダー）のチェック
- ・衣服やバックの広告規程との適合チェック
- ・シューズやスパイクの寸法と数のチェック
- ・持込禁止品のチェックと預かり

■ CR23：出発係

- ・競技者を所定の組に参加させ、ナンバーカードの最終チェック
- ・正しいレーン（位置）に誘導し、スタートライン後方約3mの集合線に立たせる
- ・リレー第1走者にバトンの用意、終了後の回収
- ・不正スタート時の対応（スターターの指示による注意の実施）
- ・「On your marks」の正しい手のつき方、姿勢であるかどうか、足がフットプレートに確実に接触しているかを確認

■ CR22：スターター・リコーラー

- ・スタート地点における競技者の統括
- ・不正スタート時の警告や失格の決定
（他に失格させる権限を持つ審判は、審判長、競歩審判主任のみ）

■ CR21：写真判定員（計時員、決勝審判員）

- ・システムの作動確認（ゼロコントロールテスト）・着順判定・計時

■ CR24：周回記録員

- ・1500mを超える競走での各競技者の走り終わった回数の記録
- ・800mを超える競走での最終回（残り一周）の鐘の合図

■ CR20：監察員

- ・審判長の補佐（判定に関する最終判定の権限なし）
- ・規則不履行や違反発生時に「黄旗」や信頼性のある方法で審判長に報告
【例】レーン侵害・ハードリング・ハードルの位置、高さの確認（倒れたハードルをもどす）
ブレイクライン（マーカーの設置・撤去）・バトンパス（テイクオーバーゾーン）
フライングやスタート前練習のストッパー
ラップ旗、コーナートップ旗の設置、撤去

等

■ CR27：風力計測員

- ・ TR17.8～9、TR29.10～13 の規程に基づいて風向風速計の設置、風向、風速を測定記録するその後、記録・情報処理員に報告する（100m/200m/110mH/100mH/走幅跳/三段跳）
- ・ 競技進行中の気象状況について観測

■ CR25：記録・情報処理員（番組編成員）

- ・ 審判長、写真判定員（計時員・決勝審判）、風力計測員等から提供される各種詳細情報の収集と記録（含むシステム入力）
- ・ 次ラウンド進出者の決定と組合せ、レーンの決定
- ・ 記録や番組編成を総務、アナウンサー等へ伝達

■ CR38：アナウンサー

- ・ 参加競技者の紹介、結果、次ラウンド進出者、途中経過等の発表
- ・ イベント・プレゼンテーション（EP）

■ CR26：マーシャル

- ・ 総務と協同して許可された者以外は競技場内（ウォームアップ場係と連携してウォームアップ場も）に立ち入らないように整理する（CR15）
- ・ 場内の完全な統制権をもち、役員とその競技に出場する競技者あるいは入場が正式に許可されている者の他は、誰も場内に入出入りさせない（CR26）。
- ・ 主催者と報道機関が予め打合せた撮影のエリアを守らせる
- ・ 競技が終了した競技者をミックスゾーン（退場口）へ速やかに誘導
- ・ 助走路（走高跳、やり投）がトラックと交差する個所の安全確保
- ・ 競技場所を離脱する選手への対応（トイレ、コーチングエリアへの移動）
- ・ 競技場内練習時の注意喚起（フィールド審判員と協力して）
- ・ フィールド競技者と競技役員、報道関係者、トラック競技者との衝突防止

■ CR16：用器具係

- ・ 競技で用いる用器具の整備
- ・ 用器具の（競技開始前）設置、（競技終了後）撤収
ハードル・障害物・代用縁石・コーナーフラッグ・フィールド競技関連器具 等

[6] 世界記録と日本記録 RB2025:P68

④世界記録と日本記録では認められる条件や種目が異なるところあり

- ・ CR31. 世界記録として認められるための条件
- ・ CR32. 世界記録として認められる種目
- ・ CR37. 日本記録として認められるための条件・日本記録として認められる種目

[7] 競技規則（TR・・RB2025:P90～）

- ・ TR2. 陸上競技場 詳細規程あり → 「公認競技場規程」「陸上競技場公認に関する細則」
- ・ TR3. 年齢と性別
U18：競技会が行われる年の12月31日現在で16歳 or 17歳の競技者
U20：競技会が行われる年の12月31日現在で18歳 or 19歳の競技者

- ・TR4. 申し込み（特に、同時申し込みについて）

同時に「トラック競技とフィールド競技」あるいは「2種目以上のフィールド競技」に出場している場合の試技順の特例扱い

↓

審判長は：（長さの競技）各試技の1ラウンドに一度、

（高さの競技）各高さでの試技に一度、

最初に決めた順序によらないで、その試技を許すことができる

但し、最終ラウンド（6回目）では決められた順序で試技を行う必要あり

- ・TR5. 服装、競技用靴、アスリートビブス（ビブス）

競技者の立場で試合に出場する際にも、十分に注意のこと

- ・TR5.2 競技用靴

- ・競競技者が競技する時は、裸足で、または片足もしくは両足に競技用靴を履いてもよい。競技者はカウンスルによって承認された競技用靴に関する全ての規則を遵守しなければならない。

※競技用靴に関する規程（Athletic Shoe Regulations）参照。

【競技用靴に関する主要規則】

- ・靴底は11本以内のスパイクが取り付けられる構造
- ・11個までのスパイクの使用可
- ・スパイクの長さは9mm（屋内は6mm）以内
- ・HJ・JTのスパイクの長さは12mmを越えてはならない
- ・スパイクは先端近くで、長さの半分は4mm四方の定規に適合するように作られていなければならない。トラック製造業者もしくは競技場管理者がより小さい寸法の上限を設けている場合や、特定の形状のスパイクの使用を認めていない場合は、これを適用する。

- ◆ 医療および安全上の理由から、競技用靴（市販されているものに限る）へのインナーソールの追加、その他の物の挿入および追加は以下の条件でのみ認められる。

- 中敷（インナーソール）の追加または挿入物は、取り外し可能な装具であること（靴の内側に恒久的に固定することはできない）。
- 追加物は、ヒールレイズまたはヒールキャップ（例：跳躍競技用靴）、ブレースまたはストラップ（例：投てき競技用靴）とする。

- ・靴底の最大の厚さ（購入時から装着されているオリジナルのインナーソールを含む）

種目	靴底の最大の厚さ	要件・備考
トラック種目 ハードル種目 障害物競走	20mmスパイクシューズまたは ノン・スパイクシューズ	リレーにおいては、各走者が走る距離に応じて適用する。競技場内で行う競歩競技の靴底の厚さは、道路競技と同じとする。
フィールド種目	20mmスパイクシューズまたは ノン・スパイクシューズ	全跳躍種目で、本規程10.3および10.4に記載のとおり、靴の前の部分の中心点の靴底の厚さは、踵の中心点の靴底の厚さを超えてはならない（前足の中心は、靴の内部の長さの75%にある靴の中心点。踵の中心は、靴の内部の長さの12%にある靴の中心点）。
道路競技 (競走・競歩)	40mm	
クロスカントリー	20mmスパイクシューズか40mm ノン・スパイクシューズ	競技者はスパイクシューズでもノン・スパイクシューズ（ロードシューズなど）を履くことができる。スパイクシューズを履く場合、靴底の最大の厚さは20mmを超えてはならない。ノン・スパイクシューズを履く場合、靴底の最大の厚さは40mmを超えてはならない。
マウンテンレース・ トレイルレース	制限なし	

◆アスリートビブス（ビブス） 5.7

- ・競技者は競技中、胸と背にはっきり見えるように2枚のアスリートビブス（ビブス）をつける。
- ・跳躍競技の競技者は、胸または背にのみにつけるだけでもよい。
- ・アスリートビブス（ビブス）は、通常はプログラムに記載のものと同じ番号でなければならない。
- ・アスリートビブス（ビブス）の一部または全部に、数字の代わりに競技者の名前またはその他の適切な識別記号を記載することが認められる。番号を記載する場合は、スタートリストもしくはプログラム上で各競技者に割り振られた番号を記載する。

・5.8

いかなる競技会であろうと、競技者が自分のアスリートビブス（ビブス）やその他の標識を着用せずに参加することは一切認められない。

・5.9

アスリートビブス（ビブス）は配布された形で着用しなければならず、切ったり折り畳んだり、あるいはいかなる方法でも見えなくしてはならない。10,000m以上の競走・競歩競技においては、風通しをよくするためにアスリートビブス（ビブス）に穴をあけてもよいが、文字や数字の部分に穴があってはならない。

・TR6. 競技者に対する助力

- ・助力となる（許可されない）行為の例

ビデオ装置、レコーダー、ラジオ、CDプレーヤー、トランシーバーや携帯電話もしくはそれらに類似した機器を競技区域内で所持または使用すること。

- ・助力とならない（許可される）行為の例

1>競技区域外での競技者とコーチとのコミュニケーション。

2>競技区域（TR6.1〔注意〕参照）の外にいる者によって録画された試技の映像を見ること。その録画再生機器や録画映像は、録画映像を提供する者のすぐ近くの位置であれば競技区域内に持ち込むことが認められる。

画像をより詳しく見るために、競技者は画像を撮影した人とコミュニケーションを取りながら録画再生機器を手にしても良い。

・TR7. 失格

不正スタート → その種目のみ除外 【赤黒カード】



選手にあるまじき行為 → その競技会から除外【イエローカード】【レッドカード】

・TR8. 抗議と上訴

結果に対する抗議：結果発表後30分以内（同一日に次ラウンドがある場合は15分以内）

→ 抗議（口頭）の裁定は審判長

抗議裁定に不服なら、上訴、 → 上訴（書面）の裁定はジュリー

※ジュリーが任命されていない場合は、審判長の決定が最終判断（上訴はない）

・TR9. 男女混合の競技

原則不可：トラックは5000m以上（要件あり）で認められる場合がある

〔国内〕男女のいずれかが8名以内で男女の合計が30名以内の場合に限り、男女混合で実施することを認める。