

# 大会規則及び競技場の注意

## 1 競技規則について

本大会は、2026 年日本陸上競技連盟規則または本大会申し合わせ事項により実施します。

## 2 練習場所および練習について

- ① ウォーミングアップは競技場バックストレート 2～8 レーンまたは周回道路を使用します。  
公式練習以外の投てき練習は禁止です。ハードル練習はレーンと時間を指定します。  
バックストレートでは、競技の進行に注意し周回競技中は審判の指示に従ってください。  
周回道路では、歩行者の迷惑にならないように十分注意しながら行ってください。  
ウォーミングアップや練習は、事故防止に十分配慮して行ってください。  
リレーのバトンパス練習では、レーンナンバーをコールし、前後の安全を確認してください。  
レーンの進入、退去にも十分な注意、レーン上に長くとどまらない等の配慮をお願いします。
- ② ウォーミングアップのための用具の貸し出しは行いません。
- ③ 跳躍・投てきの公式練習や公式試技の回数は競技役員の指示に従ってください。
- ④ 周回競技中は競技優先とし、セパレート種目では全てのレーンを空けるので、係員の指示に従ってください。

## 3 アスリートビブスについて

- ① 配布された大きさで、胸と背部に 4 すみを留めてください。(跳躍競技はどちらかに)
- ② トラック競技は招集所で腰ナンバーを受け取り、右腰やや前方に留めてください。  
(スパッツを着用されている方も必ず安全ピンで留めてください)
- ③ フィールド競技は、競技場所に集合してください。腰ナンバーはありません。

## 4 招集について

トラック競技の参加者は、必ず本人が招集所にてアスリートビブス・シューズの確認を受けてください。招集所で競技開始 15 分前までに招集を完了し、スタート地点に 10 分前までに移動し、スタート地点で出発係の最終点呼を受けてください。

フィールド競技の参加者は、各競技場所に競技開始 30 分前までに集合し、最終点呼を受けてください。

- ① 招集は時間厳守をお願いします。遅れた場合は棄権とみなしますので、ご注意ください。
- ② 競技で使用するシューズは WA 規則第 143 条に従い準備してください。  
(長距離種目も靴底は 20 mm まで。それ以上のロード用は使用できませんのでご注意ください)  
(スパイクシューズでの砲丸投げ禁止。スパイクピンの長さは 9 mm を超えてはならない)  
(やり投げ・走り高跳びはスパイクピンの長さ 12 mm まで)

## 5 競走競技について

- ① 申し込み後の選手変更は認めません。NANS のシステム上記録が計測されません。
- ② トラック競技のレーン順は、プログラムの記載順とします。
- ③ トラック競技は全競技タイムレースとします。
- ④ セパレートコースで行う競技は、競技場保護のためにできる限り 1・2 レーンを空けて実施します。
- ⑤ 4 0 0 m 以下のスタートについては、クラウチングスタートとし、スターティングブロックを使用します。  
(小学 3・4 年生はスタンディングスタート。5・6 年生はクラウチングスタートで行い、スターティングブロックを使用しないときには、出発係に申し出てください)
- ⑥ 不正した競技者は失格とします。(緑→機械の不具合 または注意 静止するのが遅い、ピクリ動作等)  
合図の前にブロックから足が離れてしまうと不正スタートで失格とします。(小学生は 2 回目の注意で失格)

スタートコールはイングリッシュコマンド「On you are marks」「Set」を用います。

- ⑦ 1500m は 8 分 5000m は 35 分を超過してその後の競技進行に支障があると判断したときには競技を中断します。

## 6 跳躍・投てき競技について

- ① 試技順は、全競技を通してプログラム記載順とします。  
② 試技数は 3 回行い、順位を決定します。(ジャンプオフやトップ 8 の 4 回目以降は行いません。最高記録が同じだったときには、2 番目 3 番目の記録で決定します)

- ③ 試技時間は厳守してください。超えた場合は無効試技とします。

- ④ 走高跳のバーの上げ方

練習の高さ 男子 1m35 cm 1m58 cm 女子 1m15 cm 1m33 cm

小学生 1m00 cm 1m15 cm

試技の高さ 男子 1m40cm から 5 cm ずつ女子 1m20 cm から 5 cm

ずつ小学生 1 m から 5 cm ずつ上げる

※状況により審判長の判断で最初の高さを変更する場合があります。なお、バーを上げる高さ、上げ幅は競技役員と相談の上決定します。

各カテゴリーの競技者が 1 名のみ残った場合は、次の高さの希望を競技役員に申し出ることができます。

| 残っている人数 | 走高跳      | その他 |
|---------|----------|-----|
| 4 人以上   | 1 分      | 1 分 |
| 2~3 人   | 1 分 30 秒 | 1 分 |
| 1 人     | 3 分      | 2 分 |
| 連続試技    | 2 分      | 2 分 |

## 7 小学生のコンバインドについて

フィールド競技は本大会で試技 3 回とし、30 分前からの公式練習に間に合うように移動してください。

**コンバインド A** 最初の競技はトラックでの 80mH 練習レーンでのアップから 8:55 には移動して招集所で女子 9:05 招集完了時間 男子 9:15 招集完了時間 クラウチングスタートからの練習 1 回 女子 9:20 競技開始 男子 9:30 競技開始です。競技終了後次の種目の時間を確認してください。

次は走高跳 跳び方ははさみ跳びとします。11:30 競技開始となります。

ピットに 10:50~入れます。11:00~練習ができます。招集完了時間は 11:00 です。

**コンバインド B** 最初の種目は走り幅跳びです。

走り幅跳びピットに 7:45 に集合してください。招集完了時間は 8:00 競技開始 8:30 です。

片脚で踏切、両脚で着地します。競技終了後、記録を確認して次の種目の時間を確認してください。

次の種目はジャベリックボール投げ やり投げピットに 12:00 までに集合してください。練習します。

競技開始 12:30 です。ボール本体を持ち、オーバーハンスローで投げます。

※各競技の得点は JAAF 小学生混成得点表によります。2 種目の合計得点で順位を決定します。

最初の種目の試技に参加しない場合は、棄権とし 2 種目には出場できません。

## 8 リレー競技について

オーダー用紙は招集完了の 1 時間前までに、オーダー用紙に走順を記入し、各チームのサインをもらって TIC (テクニカルインフォメーションセンター) に提出してください。

招集所では 4 人揃って、アスリートビブス、スパイクシューズの確認を受けてください。

その際アンカーは腰ナンバーを受け取り、右腰につけて確認を受けてください。

小学生リレーは男子 2 名女子 2 名の構成で走順は自由です。

男女混合 1600m リレーの走順は男女男女です。

ユニホームは原則チーム全員同じとする。(男女の型の違いは配色が同一であることとします)

バトンの受け渡しは、テイクオーバーゾーン内で手渡しで行います。落としたときには、落とした走者が落とした地点に戻ってレース再開します。

(次走者がつけたマークはレース終了後に前走者が外して下さい)

## 9 記録の発表、記録証について

記録の発表は埼玉県陸上競技協会速報ページで行います。

記録証は TIC にて 500 円で所沢市陸上競技協会が発行しますので、申込書に種目組レーン氏名を記入の上  
申込書提出 30 分以降に受領するか、郵送希望の方は郵便番号住所を記入してください。

## 10 競技用具について

競技用具は、競技場備え付けの物を使用します。

ただし、やりの検定を 8:00~8:30 まで、用器具庫前で行います。

| 種 目                                       | 小学生                                         | 中学男子                                             | 中学女子                                            | 高校男子                                              | 高校女子                                           | 一般男子                                              | 一般女子                                           |
|-------------------------------------------|---------------------------------------------|--------------------------------------------------|-------------------------------------------------|---------------------------------------------------|------------------------------------------------|---------------------------------------------------|------------------------------------------------|
| やり投げ                                      |                                             |                                                  |                                                 | 8 0 0 g                                           | 6 0 0 g                                        | 8 0 0 g                                           | 6 0 0 g                                        |
| 砲丸投げ                                      |                                             | 5 k g                                            | 2.72 kg                                         | 6 k g                                             | 4 k g                                          | 7.26 kg                                           | 4 kg                                           |
| ハードル<br>高さ<br>1 台目まで<br>インターバル<br>最終ハードル  | 80H9 台<br>70 cm<br>13.00m<br>7.0m<br>11.00m | 110H10 台<br>91.4 cm<br>13.72m<br>9.14m<br>14.02m | 100H10 台<br>76.2 cm<br>13.00m<br>8.0m<br>15.00m | 110H10 台<br>106.7 cm<br>13.72m<br>9.14m<br>14.02m | 100H10 台<br>83.8 cm<br>13.00m<br>8.5m<br>10.5m | 110H10 台<br>106.7 cm<br>13.72m<br>9.14m<br>14.02m | 100H10 台<br>83.8 cm<br>13.00m<br>8.5m<br>10.5m |
| 400mH<br>高さ<br>1 台目まで<br>インターバル<br>最終ハードル |                                             |                                                  |                                                 | 10 台<br>91.4 cm<br>45m<br>35m<br>40m              | 10 台<br>76.2 cm<br>45m<br>35m<br>40m           | 10 台<br>91.4 cm<br>45m<br>35m<br>40m              | 10 台<br>76.2 cm<br>45m<br>35m<br>40m           |

## 11 バックストレートでの練習時間とレーンについて

7:50 8:00 8:10 8:20 8:30 8:40 8:50 9:00 9:10 9:20 9:30 9:40 9:50 10:00 10:20

|       |                   |
|-------|-------------------|
| 2 レーン |                   |
| 3 レーン |                   |
| 4 レーン | 一般男子 ハードル         |
| 5 レーン |                   |
| 6 レーン | 中学女子ハードル 中学男子ハードル |
| 7 レーン |                   |
| 8 レーン | 小学生ハードル 一般女子ハードル  |

※練習用ハードルは、明峰小学校のものを使用します。一般男子はフレキシブルハードルを使用します。

※バックストレートで 20m ダッシュチャレンジが 7~8 レーンで 11:30~13:00 に行われます。ご注意ください。

※2・3 レーンはハードルの練習時間帯でもダッシュレーンとします。

※4 0 0 mH のアップは 13:00~13:30 の時間帯で 4 レーン~5 レーンスタートから 2 台できます。

## 12 観戦について

- ① 観戦は芝生で行ってください。選手が競技に集中できるようにご協力願います。
- ② 競技運営上、縁石の下は選手、競技役員以外の立ち入りを禁止します。

## 13 撮影許可証の手続きについて

一眼レフ等又はビデオカメラでの撮影を希望する場合には、総合案内所にて撮影許申請書の用紙を提出し、ビブスを着用してください。スマートフォンでの撮影は許可の必要がありません。許可された撮影エリアで行ってください。

(スタート前方 後方 ゴール付近 フィールド内は禁止。走幅跳び走高跳正面からの撮影は禁止)  
選手が競技に集中できる範囲でお願いします。

盗撮は卑劣な行為です。

・身体の一部をアップしての撮影 ・競技と全く関係のない目的での撮影 ・透過撮影その他の迷惑行為  
不審者を見かけた際はお近くの競技役員までお知らせください。

※盗難・置き引きには十分注意してください。

## 14 個人情報及び肖像権の扱いについて

大会申し込み時の個人情報については、大会運営及び広報活動に必要な範囲で、プログラム、ホームページ広報活動（新聞雑誌を含む）等に使用、掲載いたします。また本大会実行委員が認めた者が撮影した、写真動画は大会運営及び広報活動に必要な範囲でプログラム、ホームページ広報活動（新聞雑誌を含む）等に掲載します。

※大会申し込み手続きにより、上記取り扱いに関する承諾をいただいたものとして対応いたします。また、個人情報保護方針に従って適切な運用に努めてまいります。ご理解ご協力のほどよろしくお願いいたします。

## 15 感染防止・自然災害への対応について

発熱があるとき、体調に不安を感じているときには、参加をお控えください。引き続き、こまめな手洗い手指消毒を励行します。

台風・豪雨・雷の発生については競技者・大会役員・観客の安全を最優先とし、審判長の判断のもと中止・中断する場合があります。また、タイムテーブルの変更を行う場合もあります。

各チーム監督・引率者は選手の掌握に努め、アナウンスに従って避難させ、安全を確保してください。

ご不明な点は 総合案内所係員、競技役員（審判服・緑のADカードを下げた人）、  
またはTIC（テクニカルインフォメーションセンター）にお問い合わせください。

## 競技会で使用する略号例

|           |                               |          |                        |
|-----------|-------------------------------|----------|------------------------|
| DNS       | 欠場                            | DNF      | 途中棄権                   |
| NM        | 記録なし                          | DQ       | 失格                     |
| PB        | 自己最高記録                        | SB       | 今季最高記録                 |
| WR        | 世界最高記録                        | =WR      | 世界タイ記録                 |
| NR        | 日本記録                          | =NR      | 日本タイ記録                 |
| GR        | 大会記録                          | =GR      | 大会タイ記録                 |
| r         | 試技放棄（離脱）                      | Q        | 順位による通過者               |
| q         | 記録による通過者                      | —        | パス                     |
| TR16.8    | 不正スタート                        | TR17.2.2 | 他の競技者を妨害した             |
| TR17.3.1  | 他のレーンに入った                     | TR17.5.3 | ブレイクライン手前で内側に入る        |
| TR17.3.2  | 縁石の上、ライン上その内側に入った/歩いた         | TR17.6   | 競技者が自らの意思でトラックから離脱した   |
| TR22.6    | ハードルをすべて越えなかった                | TR22.6.1 | 足がはみ出してバーの高さより低い位置を通った |
| TR.22.6.2 | 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    |          |                        |
| TR22.6.3  | 自分または他のレーンのハードルを倒したり移動させて妨害した |          |                        |
| TR24.7    | テイクオーバーゾーン内でバトンパスが完了しなかった     |          |                        |
| TR24.6    | バトンを落とした際に規則違反があった            |          |                        |
| TR24.20   | コーナートップで並んだ際に規則違反があった         |          |                        |