

# 競技注意事項

- 1 本競技会は2023年度（財）日本陸上競技連盟競技規則、（社）日本マスターズ陸上競技連合競技規則及び競技細則を準用し、本大会の要項に従って行う。
- 2 トラック、フィールドの各種目ともプログラム記載通りとし、年齢クラスを併合して行う種目はあるが、最終成績はクラス別に順位を決定する。

## 3 練習について

- (1) 練習は、室内練習場およびサブグラウンドを使用する。なお、投てき物を使った練習はできない。投てきの練習は、競技開始前に競技場所で実施する。
- (2) 室内練習場へは、第2コーナーのゲート（招集場前）を通路とする。室内での走行は第2ゲート（第2コーナー側から第3コーナー方向へ走行すること。中長距離のジョギングは、サブトラックで行うこと。

\* 詳細は本注意事項の末尾の図に従うこと

## 4 選手の招集について

- (1) 招集場所は、第2コーナー外側に設ける。（競技配置図を参照）
- (2) 招集完了時刻は競技開始時刻を基準とし、下記のとおりとする。

フィールド競技は競技が行われる場所での招集となるので、招集場横から競技場内に入場しスタンド下を通して移動する。トラックを横切の場合はコーナー部分からとし十分注意すること。

	招集完了時刻	最終コール
トラック	20分前	招集完了時刻の5分前より招集所で行う
フィールド	40分前	招集完了時刻の5分前より競技場所で行う

### (3) 招集の手続き

- ① 最終コールの場合は、必ず本人が応じゼッケン（正式にはアスリートビブス）を係員に見せること。
- ② 2種目以上を兼ねて出場し、競技進行の都合で最終コールができない場合は、事前に招集場の係員に申し出て「2種目以上同時出場届」を提出する。また、競技開始前に次の種目に出場する旨を伝える。トラック競技とフィールド競技が重なった場合はトラック競技を優先とする。
- ③ 競技を棄権する場合には、招集開始時刻までに招集場で「棄権届」を提出すること。
- ④ **招集に応じない場合は、その種目を棄権すると見なし処理する。**

## 5 競技について

- (1) トラックはすべてタイムレース決勝とする。不正スタート（フライング）した者は失格とする。
- (2) 400mまでのトラック競技ではスターティングブロックを使用しなければならないが、80歳以上の者がスターティングブロックを使用しない場合は、出発係に申しでること認められる。
- (3) 3000mは25分5000mは35分を制限タイムとし競技を終了する。5000mには給水所を設ける。
- (4) フィールド競技（走高跳と棒高跳を除く）は試技3回の決勝とする。
- (5) 三段跳及び立五段跳の踏切板の位置は、男女共通の13, 11, 9, 7, 5mとするので、各自の希望する踏切り位置を担当審判員に申し出ること。
- (6) 走高跳と棒高跳の試技を開始する高さを練習開始前に申し出ること。バーの上げ方は、最後の一人になるまで走高跳は3cm、棒高跳びは10cm単位とする。ただし、気象条件、運営等の都合で変更する場合がある。
- (7) スパイクのピンは11本以内、9mm以下とする。但し走高跳及びやり投げは12mm以下とする。シューズ（運動靴）の使用については、招集場あるいはフィールド競技場所で使用を認められた物以外は使用できない。認められないシューズを使用して競技を行った場合は参考記録となる。

## 6 ゼッケン（正式名アスリートビブス）について

- (1) ゼッケンは個人のマスターズ登録番号を記載した規定のものとし、各自で準備する。受付にて、無地ゼッケンを300円で販売する。（マジックも準備している）
- (2) ゼッケンは胸と背にピンで付けるものとする。ただし、跳躍競技に出場する競技者は、胸と背のいずれか一方でもよい。
- (3) 800m以上のトラック競技者は写真判定用の腰ゼッケンを招集所で受け取り、パンツ右側後方に付けること。3000m及び5000mの競技者は胸にレーン番号のゼッケンを付ける。

## 7 記録の発表及び記録証について

- (1) 記録の発表は、電光掲示板で表示するとともに正面入口の両サイドに設けた記録板に掲示する。
- (2) 記録証は、300 円にて販売するので受付まで申し出ること。後日郵送する。

## 8 使用器具等について

- (1) 器具は競技場備え付けのものを使用すること。
- (2) 競技用具は次の通りとする。

### ① ハードル競技の種目別基準 (本大会参加者クラスのみ表示)

#### 【男子】

種目	クラス	高さ	間隔	第1ハードルまで	ゴールまで	ハードル台数
110mH	M24～M30	106.7cm	9.14m	13.72m	14.02m	10
110mH	M35～M45	99.1cm	9.14m	13.72m	14.02m	10
100mH	M50・M55	91.4cm	8.50m	13.00m	10.50m	
100mH	M60・M65	84.0cm	8.00m	12.00m	16.00m	10
400mH	M50・M55	84.0cm	35.00m	45.00m	40.00m	10

#### 【女子】

種目	クラス	高さ	間隔	第1ハードルまで	ゴールまで	ハードル台数
80mH	W50・W55	76.2cm	7.00m	12.00m	19.00m	8

### ② 投てき競技の種目別基準

#### 【男子】

クラス	砲丸投・ハンマー投	円盤投	やり投
M24～M45	7.260Kg	2.0Kg	800g
M50・M55	6.0Kg	1.5Kg	700g
M60・M65	5.0Kg	1.0Kg	600g
M70・M75	4.0Kg	1.0Kg	500g
M80～	3.0Kg	1Kg	400g

#### 【女子】

クラス	砲丸投・ハンマー投	円盤投	やり投
W24～W45	4.0Kg	1.0Kg	600g
W50～W70	3.0Kg	1.0Kg	500g
W75～	2.0Kg	0.75Kg	400g

## 9 表彰について

- (1) 表彰式は行わない。県内外を問わず各種目の1位～3位は賞状をスタンド正面入口横で受け取ること。
- (2) 受賞者が来ず残された賞状は、郵送等を行わないので、必ず取りにくること。

## 10 その他

- (1) 競技中に発生した事故については、主催者側は応急処置を行うが、その後の責任は負わない。  
なお、大会参加者は、レクリエーション傷害保険に加入している。
- (2) 本大会の結果および大会の様子は香川陸協のHP及び香川マスターズ陸上競技連盟のHP、その他のマスメディアによって公表される。
- (3) ごみは各自で持ち帰ること
- (4) **コロナ感染対策にご協力を**

コロナ感染の恐れは依然として継続しています。各自でできる感染対策をお願いいたします。