

シューズ規則に関して

競技用シューズの靴底厚規定が 2024 年 11 月 1 日から変更となっています。

競歩を除く競技場で行う種目はすべて 20mm となっています。(競歩は 40mm)

靴底の厚さ

種目	靴底の最大厚さ	その他の要件 / 注意
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最大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、競技用靴に関する規程 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 スパイクシューズまたは 40mm ノンスパイクシューズ	競技者はスパイクシューズまたはノン・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	

また、WRK 申請競技会以外では、全フィールド種目では「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。」の規定が適用除外とされていましたが、適用除外の期間は規格に準じた新たなシューズへの切り替えのための期間として 2024 年 10 月 31 日までとされていたので、靴底の最大厚が 20mm を超えていない競技用靴であっても、この規定も遵守したシューズでなければ規則違反となります。

競技会では、審判長および競技役員はいつでもシューズチェックをすることができ競技者はその指示に従わなければならない、明らかに規則・規程違反のシューズや疑わしいシューズはチェックや回収の対象になることがある。競技後にシューズの違反が認められた場合は、審判長が「失格」と判断し、記録が取り消される場合があります。

すべての競技会はこの靴底厚規定を遵守しての実施となります。25mmのシューズを使用している選手やフィールド種目に出場する選手は、規定に適合したシューズを出場してください。