

2026 大阪スプリング陸上大会要項

1. 主 催：公益財団法人 大阪陸上競技協会
2. 主 管：大阪中学校体育連盟陸上競技部
3. 日 時：2026年3月21日（土）9：30 競技開始（予定）
4. 場 所：万博記念競技場
5. 種 目：

【男子】 100m 200m 400m 800m 1500m 3000m 110mH
 共通4×100mR 走高跳 棒高跳 走幅跳 砲丸投(5.000kg) 円盤投(1.500kg)

【女子】 100m 200m 800m 1500m 100mH
 共通4×100mR 走高跳 棒高跳 走幅跳 砲丸投(2.721kg) 円盤投(1.000kg)

6. 参加資格：

- ① **日本陸上競技連盟に「選手登録」している中学生であること。**
- ② 大阪中学校体育連盟に加盟する中学校の生徒であること。
- ③ 大阪中学校体育連盟に登録している地域スポーツ団体の中学生であること。
- ④ 大阪陸上競技協会に登録しているクラブチームの中学生であること。

7. 参加制限：

- ① 1人2種目以内（ただし、リレーを兼ねることができる）、リレー各団体1チーム以内
- ② 以下の参加標準記録を突破していること
- ③ 公認記録は2025年4月1日以降の記録に限る

| 男 子 | | 女 子 | |
|--------------|-----------------------------|---------|---------|
| 100m | 12秒60 | 100m | 14秒10 |
| 200m | 25秒60 | 200m | 29秒10 |
| 400m | 56秒50 | | |
| 800m | 2分17秒00 | 800m | 2分35秒00 |
| 1500m | 4分46秒00 | 1500m | 5分23秒00 |
| 3000m | 10分00秒00 | | |
| 110mH | 19秒50 | 100mH | 17秒90 |
| 4×100mR | 各団体1チーム | 4×100mR | 各団体1チーム |
| 走高跳 | 1m55 | 走高跳 | 1m35 |
| 棒高跳 | 制限なし | 棒高跳 | 制限なし |
| 走幅跳 | 5m40 | 走幅跳 | 4m45 |
| 砲丸投(5.000kg) | 9m50 | 砲丸投 | 9m20 |
| | 9m30 (4.000kg) ※1年生のみ | | |
| 円盤投 | 22m00 | 円盤投 | 18m00 |

※ハードル規格 男子110mH(0.914m/9.14m) 女子100mH(0.762m/8.00m)

8. 参加費用：

個人種目1人1種目500円、リレー1チーム1000円
 ※自然災害等のために競技会中止となった場合、参加料は返金しません。

9. 競技方法：

トラック競技において、以下の種目はB決勝・決勝を行い、他はタイムレースとする。
 (男女100m 男子110mH 女子100mH)
 フィールド競技ではTOP8を行う。

10. 申し込み：2026年2月24日（火）〆切

- ① 入力済みのファイルをプリントアウトし、参加料を添えて各地区団体一覧担当者に提出してください。
- ② 入力済みのデータを、各地区情報処理担当者に提出してください。

11. その他

- ① 参加生徒の保護者の出場承諾を必ず得たうえで申し込んでください。
- ② 本大会は参加団体で運営をしていきますので、参加条件として、各団体から必ず競技役員の協力をお願いします。複数の顧問・指導者がいる場合、できる限り皆様のご協力をお願いします。
- ③ 競技場へは砲丸・円盤・メディスンボールを持ってこないようにしてください。公式練習以外の実投練習は、危険なため禁止しています。競技中・公式練習以外で生じた事故については、主催者側は一切責任を負いません。）
- ④ ゴミの後始末は各自・各団体で責任をもって行ってください。
- ⑤ 競技運営以外の器物破損については該当団体で弁償していただきます。
- ⑥ 競技中に発生した傷害疾病についての応急処置は主催者側にて行いますが、以後の責任は負いません。
- ⑦ ダイヤ・スタートリスト・競技注意事項は、大阪中体連陸上競技部 HP に掲載されます。
アドレス <https://www.oaaa.jp/cyutairen/index.html>
- ⑧ プログラム（審判用・生徒用）の配付はありません。各団体でプリントアウトし、持参してください。

12. 競技のやりかた：以下の通りで競技を行う。

| | | | | | | | |
|-------------|-----|---------|----------|-------------|-----|---------|----------|
| 【男子】 | 走高跳 | （練）1m45 | （試）1m50 | 【女子】 | 走高跳 | （練）1m25 | （試）1m30 |
| | 棒高跳 | （練）2m20 | （試）2m40 | | 棒高跳 | （練）2m00 | （試）2m20 |
| | 走幅跳 | 5m20 | 未満は計測しない | | 走幅跳 | 4m25 | 未満は計測しない |
| | 砲丸投 | 8m50 | 未満は計測しない | | 砲丸投 | 8m00 | 未満は計測しない |
| | 円盤投 | 20m00 | 未満は計測しない | | 円盤投 | 16m00 | 未満は計測しない |

※男子3000mにおいて、9分30秒を超えて次の周回に入ることはいできない。

※女子1500mにおいて、4分45秒を超えて次の周回に入ることはいできない。

※走幅跳、砲丸投、円盤投において、有効試技の1回目は計測する。