

- みんなでつくる大阪最強クラブチーム決定戦 -

2025年度大阪陸協加入クラブ対抗陸上競技大会

競技注意事項

今大会では出場カテゴリーを年齢別に分けることにより、幅広い世代の方に参加していただいています。また、最近では部活動の地域移行に伴い、中学生が参加するケースも出てきました。さらに、学連登録の大学生もオープン参加選手や学生審判員として参加しており、各クラブにとってはPRの機会にもなっています。

陸上競技が好きな者同士、ぜひ大会を機に世代を超えて親睦を図っていただき、以下の競技注意事項を守りながら、みんなで楽しい競技会をつくっていきましょう！

1. レギュレーション（適用規則等）

①本大会は2025年度日本陸上競技連盟競技規則および本大会申し合わせ事項により行います。

②参加資格および制限は以下のとおりです。

《参加資格》

- ・ 2025年度大阪陸協登録者に限ります。（個人登録者も出場できます）
- ・ 学連登録者（大学生）はオープン参加として出場できます。

《参加制限》

- ・ 年齢の起算は2025年4月2日現在とし、出場できる種別は、「当該年齢又は当該年齢の下の部」に限ります。

（カテゴリー表）

性別	種別	年齢	生年月日
男子		29歳以下	1995年4月2日以降生まれ
		30歳代	1985年4月2日～1995年4月1日生まれ
		40歳代	1975年4月2日～1985年4月1日生まれ
		50歳代	1965年4月2日～1975年4月1日生まれ
		60歳代	1955年4月2日～1965年4月1日生まれ
		70歳以上	1945年4月1日以前生まれ
		リレー	4人の合計年齢が120歳以上
女子		39歳以下	1985年4月2日以降生まれ
		40歳以上	1985年4月1日以降生まれ
		リレー	年齢制限はありません

- ・ 出場できる種目は、1人2種目以内とします。（リレー種目を除く）

- ・ リレー種目は、1団体から1チームのみ出場できます。

5000mは25分00秒以内で完走できる者としてします。

※プログラム記載もれや訂正は大会本部まで申し出てください。

③クラブ（団体）対抗は、各種目の対抗得点の合計により、男女別で争います。

《対抗得点（下表参照）》

- （1）各種目6位までが得点を獲得できます。得点の配点は、1位7点、2位5点、・・・6位1点とします。
- （2）同一クラブから6位までに3名以上が入った場合は、上位2名のみ得点を獲得できます。
- （3）個人登録者が6位までに入った場合は、対抗得点の対象外とします。

（対抗得点の考え方）

順位	クラブ名	得点	得点算入
1	クラブ	7	7点
2	クラブ	5	5点
3	クラブ	4	4点
4	クラブ	3	3点
5	大阪陸協（個人）	2	対抗得点の対象外

クラブ 11点
 クラブ 5点
 クラブ 3点
 となる

6	クラブ	1	3人目により対象外
---	-----	---	-----------

2. 受付について

競技場に着いたら、まずクラブ（団体）受付を済ませてください。受付は1階正面玄関を入ったところにあります。

3. 練習について

- ①トラック内での練習は、競技開始時間の30分前（9時30分）までとします。使用するコースは、競技役員およびアナウンス等の指示に従ってください。
- ②バックスタンド後方（東側）の練習走路は、終日使用できます。
- ③投てき種目の練習は危険を伴うので、各種目とも競技開始前に競技役員の指示により投てき場内で行います。
- ④他の競技者と交錯しないようにするなど、各自、十分に事故やケガの防止に努めてください。

4. 招集（出場確認等）について

- ①競技者は、招集開始時刻までに招集場所へ集合し、点呼（出場確認等）を受けてください。
- ②招集場所は室内練習場（1階正面玄関に入って左側）とします。
- ③招集開始（点呼開始）時刻及び招集完了（移動開始）時刻は、競技開始時刻を基準に、下記のとおりとします。

	トラック種目	フィールド種目
開始時刻	30分前	40分前
完了時刻	20分前	30分前

- ④点呼では、アスリートビブスとスパイク（シューズ）のチェックを受け、各自で腰ナンバーカードを受け取ります。
- ⑤招集完了時刻になったら、競技役員の指示によりスタート地点へ移動します。
- ⑥招集完了時刻までに点呼を受けられなかった選手は出場できません。
- ⑦点呼は競技者本人が受けなければなりません。（代理点呼は認めません）
多種目を同時に兼ねて出場する競技者は「多種目同時出場届」を提出してください。用紙は招集場所で配布します。
- ⑧リレー競技に出場するチームは、招集完了時刻の1時間前までにリレーオーダー用紙を招集所に提出してください。「リレーオーダー用紙」は招集場所で配布します。

《アスリートビブスについて》

- ①競技者は、スタートリストに記載されたアスリートビブスで出場してください。（変更はできません）
5000 5000m 5000 は別ビブスを使用します。別ビブスは、招集所で受け取ってください。
- ③アスリートビブスがない場合、番号布（横24cm以内×縦16cm以内）を販売（220円/税込）するので、各自で作成してください。文字の高さは6cm cmとし、文字幅は遠くから判別可能な太さで記入してください。

《腰ナンバーカードについて》

- ①トラック種目の出場者は、腰ナンバーカードをパンツの右側やや後方に、シャツで隠れないよう付けてください。
- ②ハーファイツなどシールがはがれやすい素材で作られた競技服装の場合は、安全ピンではがれないように付けてください。

《スパイク（シューズ）について》

- ①スパイクのピンは、本数は11本以内とし、9mm以内の全天候舗装用を使用してください。（走高跳・やり投は12mm以内とします）
- ②靴底の厚さのチェックは行いません。ただし、審判長及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・規定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ります。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。

○靴底の厚さに関する規定（TR5.2 表 ※2024年11月1日以降

種 目	靴底最大の厚さ	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	mm	全跳躍種目で、本規定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)		

※フィールド競技用靴における「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。」の規定は適用除外としますが、その他の規定は(靴底最大の厚さ)は遵守してください。

6．競技について

- ①トラック種目は、すべてタイムレースとします。
- ②走高跳のバーの上げ方については、当日、跳躍審判長が決定します。
- ③三段跳の踏切板位置については、砂場から11mとします。
- ④走幅跳・三段跳および投てき競技では、全ての競技者の3回の試技の後、上位8名にはさらに2回の試技が与えられます(出場競技者が8名以下の場合は、全ての競技者に5回の試技が与えられます)。ただし、オープン参加者の試技は3回までとします。
- ⑤トラック種目では、スタート地点で競技役員による点呼を受け、指示に従って整列・待機してください。フィールド種目では、現地で競技役員による点呼を受け、練習試技などの指示を受けてください。
5,000m 5,000m 5,000mは23分00秒、5,000m 5,000mは26分00秒を経過後は、次の周回に入ることができません。
- ⑥暑くなる時間帯を一部避けた競技日程としていますが、他の時間帯においてもWBGT(暑さ指数)が31度を超えると見込まれる場合は、さらなる日程変更や競技中断、中止する可能性があります。
- ⑦各種目の優勝者やクラブ対抗(団体)優勝チームにはインタビューを行うことがありますのでご協力ください。

7．選手注意事項

- ①競技エリア内に通信機器(携帯電話等)やビデオ撮影機器(タブレット等)を持ち込んではいけません。
- ②フィールドの芝生内は、全面立ち入り禁止とします。
- ③トラック種目でフィニッシュした競技者は、本部前を通らず、競技場内のバックスタンド前を通してスタート地点に戻ってください。
- ④更衣室の利用は更衣のみとし、更衣室に荷物を置いたままにしないでください。また、清潔に利用してください。

8．表彰について

《クラブ対抗(団体)》

- ①男女別総合優勝クラブには、それぞれ賞状・優勝杯(持ち回り)を、2位・3位のクラブには賞状を授与します。
- ②全競技終了後に表彰式を行います。なお、優勝杯返還式は行いません。

《個人》

各種別・種目の優勝者に、賞状・賞品を授与します。各種目3位までに入った選手は、成績発表後すぐエントランスへ賞状を取りに来てください。

9．免責事項について

- ①競技中に生じた事故について、応急処置の他一切の責任は負いません。
- ②競技会に関わる全ての人の感染に対して、いかなる責任も負いません。
- ③盗難が多発しているため、貴重品は各自で保管するなど持ち物の管理には注意してください。盗難に遭われ

ても責任は負いません。

10. その他

- ①正面玄関ホール付近および室内練習場での場所取りはしないでください。
- ②横断幕やのぼりはバックスタンドのみ設置できることとします。
- ③出入口は、1階正面玄関、2階正面、マラソングートとします。
- ④ごみは競技者がすべて持ち帰ってください。
- ⑤記録およびクラブ対抗の結果は、電光掲示板およびWEBページ(大阪陸協ホームページ)で確認してください。
- ⑥スマートフォン・タブレット端末(追加レンズ等を未装着のもの)以外で撮影できるのは選手関係者のみとします。選手自身がTICで撮影許可証(220円/税込)を申請してください。撮影許可証は必ず首にかけ、撮影は観客席からのみとします。
- ⑦今大会はYouTubeでのライブ配信を予定しております。ご理解・ご協力の上、ご活用ください。

★大阪陸協からのお願い★

もっと楽しめるクラブ対抗をみんなでつくるため

Googleフォームによるアンケートにご協力ください！

大阪陸協では、加入クラブのみなさんにとって今大会がもっと楽しめる競技会となるよう、Googleフォームによるアンケートを実施します。以下のコードからアンケートフォームにアクセスし、回答してください(所要時間2～3分)。今大会に参加された方はもちろん、大阪陸協加入クラブに関係する方であれば、どなたでもご回答いただけます。

ご回答いただいた方の中から抽選で3名様に、OSAKA夢プログラム指定選手のサインなど大阪陸協セレクトグッズをプレゼントいたします。ぜひご協力ください！



<https://forms.gle/HMPYQSFBVDy5wiRa6>

コードは株式会社デンソーウェーブの登録商標です

2025年度大阪陸協加入クラブ対抗陸上競技大会

競 技 日 程

2025年9月28日(日曜日)

ヤンマーフィールド^{*}長居

トラック競技						(1次招集)	
時刻	種別	種目	人数	組	備考	開始	終了
10:00	A	5000m	11	同時 スタート		9:30	9:40
	B	5000m	15				
10:25	C	5000m	20			9:55	10:05
11:00	H	5000m	4	同時 スタート		10:30	10:40
	I	5000m	3				
11:25	H	200m	22	1-3	タイムレース	10:55	11:05
11:35	H	800m	11	1-2	タイムレース	11:05	11:15
11:45	I	800m	2			11:15	11:25
11:50	A	400m	33	1-4	タイムレース	11:20	11:30
13:00	A	110mH	6			12:30	12:40
13:10	H	100m	47	1-6	タイムレース	12:40	12:50
13:30	I	100m	15	1-2	タイムレース	13:00	13:10
13:40	A	100m	107	1-3	タイムレース	13:10	13:20
13:50				4-6		13:20	13:30
14:00				7-9		13:30	13:40
14:10				10-12		13:40	13:50
14:20				13-14		13:50	14:00
14:25	B	100m	35	1-4	タイムレース	13:55	14:05
14:35	C	100m	25	1-3	タイムレース	14:05	14:15
14:45	D	100m	17	1-2	タイムレース	14:15	14:25
14:55	E	100m	13	1-2	タイムレース	14:25	14:35
15:10	A	1500m	11			14:40	14:50
15:20	B	1500m	16			14:50	15:00
15:30	C	1500m	7	同時 スタート		15:00	15:10
	D	1500m	5				
15:40	E	1500m	6	同時 スタート		15:10	15:20
	F	1500m	4				
15:55	J	4×100mリレー	7			15:20	15:35
16:00	G	4×100mリレー	6			15:25	15:40

競技終了(予定) 16:10

欠場者数等により本日程を変更することがあります。

男子はA-F、女子はH-I、または下の年齢種別での出場が可能です。

G 4x100mリレー は年齢制限があります。走者4名の年齢合計が120歳以上となるオーダー編成が必要です。

フィールド競技						
跳躍競技					(1次招集)	
時刻	種別	種目	人数	備考	開始	終了
10:00	A	走高跳	7		9:20	9:30
	A	走幅跳	19			
	B	走幅跳	11			
13:00	B	走高跳	3		12:20	12:30
	C	走高跳	2			
	H	走高跳	5			
	I	走高跳	1			
	C	走幅跳	9			
	H	走幅跳	13			
	I	走幅跳	7			
14:30	A	三段跳	10		13:50	14:00

投てき競技					(1次招集)	
時刻	種別	種目	人数	備考	開始	終了
10:00	A	砲丸投	7	7.260kg	9:20	9:30
	B	砲丸投	6	6.000kg		
11:00	C	砲丸投	7	4.000kg	10:20	10:30
	D	砲丸投	11	4.000kg		
	E	砲丸投	4	4.000kg		
	F	砲丸投	3	4.000kg		
	H	砲丸投	2	4.000kg		
	I	砲丸投	4	4.000kg		
13:00	A	やり投	7	0.800kg	12:20	12:30
14:00	A	円盤投	5	2.000kg	13:20	13:30
	B	円盤投	7	1.750kg		
	H	円盤投	2	1.000kg		

種別区分表

性別	種別	年齢
男子	A	29歳以下 1995/4/2以降生まれ
	B	30歳代 1985/4/2～1995/4/1生
	C	40歳代 1975/4/2～1985/4/1生
	D	50歳代 1965/4/2～1975/4/1生
	E	60歳代 1955/4/2～1965/4/1生
	F	70歳以上 1955/4/1以前生まれ
	G	(リレー) -
女子	H	39歳以下 1985/4/2以降生まれ
	I	40歳以上 1985/4/1以前生まれ