

競 技 注 意 事 項

本大会の各種目の順位は3・4地区を合わせて男・女別に行う。但し、学校対抗は地区ごととする。
(各校1種目5名を得点対象とし、1位8点・・・、8位1点とする。)

1. 本大会は2023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う。

- (1) 2022年1月1日にWA競技規則TR5の改正と、新たな「競技用靴に関する規程」に基づき、靴底の厚さのチェックは実施しない。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。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る。(スパイクピンのチェックは招集時に行う。)

「靴底の厚さに関する規程(TR5.2)」

種 目	靴底最大の厚さ TR5.5、TR5.2	要 件 ・ 備 考
フィールド競技(除:三段跳)	20mm	投てき種目と三段跳を除く跳躍種目に適用する。 全フィールド種目で、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。
三段跳	25mm	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。
トラック種目 (ハードル種目を含み、800m未満の種目)	20mm	リレーにおいては、各走者が走る距離に応じて適用する。
トラック種目 (障害物競走を含み、800m以上の種目)	25mm	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40mm)
競技場内で行う競歩	40mm	
道路競技(競走・競歩)	40mm	

なお、本記録会は全フィールド種目で「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」の規程を適用除外する。

(2) イエローカード(以下、YC)について

- ①WA競技規則CR18.5の規定により、TR6、16.5、17.14、17.15.4、25.5、25.19に違反があった競技者やリレーチームにYCを提示し警告を与える。この場合他種目との合算は無く、種目ごとに累積しリセットする。
- ②同一種目での2回のYCの提示を受けた競技者は、当該種目を失格とする。ただし、それ以後の他の種目の出場は可能である。YCの提示の累積は、当該種目のみに適用する。
- (3) 招集所及び競技エリア内で携帯電話・スマートフォン・タブレット等の通信機器や録画再生機器等を所持または使用することはできない(TR6.3.2)。

2. 入場について

入場証は不要とするが各校顧問が入場者の把握に努めることとする。観戦は学校関係者のみとし、各校との関係について確認を取ることがある。

3. 練習について

- (1) 練習中の走る方向は競技会と同じ方向への一方通行とし逆走は禁止。学校・個人のハードル等は持ち込まないこと。また、ゴムチューブ等を使ったスピード練習は禁止する
- (2) 競技場内、公園内でのリレー練習、メディシンボールなどの物を投げる練習は一切認めない。
- (3) 走高跳、走幅跳は準備が整った後、競技役員の指示で練習してもよい。
- (4) 競技開始前のトラックでの練習は次のとおりとする。

競技開始前の競技場での練習について

競技会開始前の競技場（トラック）での練習は、周囲の動きに十分注意して行うこと。
ただし、練習可能時間内であっても競技会準備を優先とし、競技役員の指示に従うこと。
なお、競技場での練習は、1日目・2日目ともに8時30分までとする。
なお、安全のため日傘の使用を禁止する。

※いずれもジョグはレーン外で ・ 1、2レーンは長距離ペース走用

【1日目】

○ホームストレート

3～6レーン = 直線からのスプリント練習

7レーン = 100mH 8レーン = 110mH

○バックストレート

3～5レーン = コーナーからのスプリント練習

6～8レーン = リレー練習

※リレーバトン練習は1→2走・3→4走は第2コーナー、

2→3走は第3コーナーで行うこと。

各校で使用したリレーのマーク（テープ）は必ず取り除くこと。

【2日目】

○ホームストレート

3～5レーン = コーナーからのスプリント練習

6～8レーン = 直線からのスプリント練習

○バックストレート

3～6レーン = コーナーからのスプリント練習

7レーン = 女400mH 8レーン = 男400mH

4. 招集について

※招集所へのスマートフォン・携帯電話等の通信機器の持ち込みは禁止する。

※下記の時間帯に招集を完了できなかった場合は出場できない。

- (1) 招集場所は北役員室（100m スタート地点横）とする。
- (2) 招集は競技開始時刻前の下記時刻で行う。

招集時間	トラック	跳躍	投てき	棒高跳
開始時刻	30分前	50分前	60分前	80分前
完了時刻	20分前	40分前	50分前	70分前

- (3) 競技者は招集開始時刻には招集場所にて上半身競技服装になり、競技者係より点呼を受け、アスリートビブス・腰ナンバーカードおよびスパイクピンの確認を受ける。
- (4) 招集の代理は認めない。ただし、招集時間帯に競技が行われる可能性がある場合には、**第1種目の招集開始時刻までに「多種目同時出場届」**を招集所へ提出すること。なお、第1種目は招集を受けなければならないが、提出をした第2種目は代理をたてる必要はない。
- (5) リレー種目について
 - ・オーダー用紙は**第1組の招集完了時刻の60分前**までに競技者係へ提出すること。
 - ・リレーの一次招集は4人揃って受けること。ただし、他種目に出場している時は、多種目同時出場届を提出することで、代理を立てる必要はない。
- (6) やむを得ず欠場する場合は、プログラムにある欠場届を競技者係へ提出すること。

5. 競技について

- (1) アスリートビブスは必ず胸部と背部につけること。ただし、跳躍競技は胸部または背部だけでよい。トラック種目では、腰ナンバーカードをパンツの右側やや後方に付けること。なお、4×400mリレーの第2・第3走者は、次走者の待機順を明確にするため、右側に腰ナンバーカードをつけること。

- (2) スパイクのピンは、本数は11本以内とし、9mm以下のものを使用すること。ただし、走高跳・やり投については12mm以下とする。また、スパイクの直径は先端近くで少なくとも長さの半分は4mm 四方の定規に適合するように作られていなければならない。
- (3) トラック種目はすべてタイムレースとする。
- (4) 短距離競走は、フィニッシュラインを過ぎても安全確保のため自分のレーンに沿って走ること。
- (5) 競技エリア内に通信機器（スマートフォン等）やビデオ撮影機器（タブレット等）を持ち込むではない。また、競技エリア内で助力を与えたり受けたりしている競技者は失格の対象となる。フィールド競技中に競技者が、それ以前の試技の映像を、録画再生機器などをスタンドからの手渡しや吊り下げる等により競技エリア内に持ち込むことは認めない。
- (6) 集団での声援（応援）及び不正な助言行動は自粛すること。なお、手拍子についてはトップ8以降のみ可とする。
- (7) フィールド種目について

① トップ8を行う。

② 跳躍種目はセレクションラインを設ける（但し、走幅跳は、1回は全員計測）。

走高跳【男子】 1m50 【女子】 1m25 走幅跳【男子】 5m50 【女子】 4m20

③ 走幅跳は1組（メインスタンド前トラック側）、2組（メインスタンド側）で行う。走高跳は、第一曲走路内側のメインスタンド側を1組、バックスタンド側を2組とする。棒高跳はバックスタンド前ピットで行う。

④ バーの上げ方は下記のとおりとする。※走高跳・棒高跳とも練習の高さは当日現地で決定する。

男 走高跳	現場判断 練	1m50	1m55	1m60	1m65	1m70	1m75	1m80	以降 3cm
女 走高跳	現場判断 練	1m25	1m30	1m35	1m40	1m45	1m50	以降 3cm	
男 棒高跳	現場判断 練	2m80	3m00	3m20	3m40	3m60	3m80	4m00	以降 10cm
女 棒高跳	現場判断 練	2m00	以降 10cm						

⑤ 砲丸投を除き、投てき種目の計測は、ベスト記録のみを計測する。

⑥ 投てき競技や棒高跳びの滑り止めについては、主催者は準備しないので、個人で持参すること。

(8) フィールド競技の試技制限時間（単独種目）

残っている競技者数	走高跳	棒高跳	その他
4人以上	1分	1分	1分
2～3人	1分30秒	2分	1分
1人	3分	5分	—
連続試技※	2分	3分	2分

※4人以上または各競技者の最初の試技

※走高跳・棒高跳では、残っている競技者が2人以上で、高さが変わった場合にも適用する。

(9) 3000m、5000mはグループスタートとする。グループ分けは出発係の指示に従うこと。

競技会運営上、残り1周で5000m 18分30秒、3000m 13分30秒、3000SC 13分00秒を超える選手はレースを打ち切る。競歩種目は、男子5000mWでは35分、女子38分を超えて次の周回に入ることにはできない。トラック審判長により競技を打ち切る。また3000m以上の種目は、別ピブスを使用する。

6. やり以外の競技用具は、競技場備え付けのものを使用する。やりの検定は、競技開始時刻の90分前より30分間、用器具庫（北役員室横）で行う。

7. 競技場の使用について

(1) 競技者・付添等の関係者は指定された出入口から入退場すること。

(2) 横断幕、ノボリの設置はすべて禁止する。

(3) テントの設置について

① 正面の階段スタンドには設置しないこと（学校単位での場所取りは禁止）。

② テントは芝生スタンドに設置し、ロープ等が通路にかからないようにすること。

- (4) 使用した場所は各学校で責任を持って清掃し、ゴミ等は必ず持ち帰ること。
 - (5) トラック、フィールドおよび練習走路以外でのスパイクの着用は禁止する。
 - (6) 更衣室は10名以内で更衣のみの利用とする。マスクを着用し会話しないこと。使用時間は1人5分以内とする。また、清潔に使用し私物を置かないこと。
 - (7) 陸上競技場から体育館へ通じる通路または体育館内フロア周辺への場所取りは禁止する。他の競技団体が使用しているためトイレ・更衣以外は本部の許可がない限り入らないこと。
 - (8) ウォーミングアップは、ウォーミングアップエリア（野球場）で行うこと。周回コースを集団で走らないこと。
8. 各種目 6 位入賞者は表彰状を表彰係（正面スタンド中央下の部屋）まで取りにくること。総合得点は、3・4 地区それぞれ 1～6 位の学校に表彰状を授与する。
9. 来年度のアスリートビブスについて
本大会の 3・4 地区それぞれ総合順位の上位 6 校に対して、上位校より来年度のアスリートビブスを優先的に割り当てる。それ以外の学校については、従来通り申し込み順とする。
10. 免責事項について
- (1) 競技中に生じた事故については、応急処置の他一切の責任を負わない。
 - (2) 競技会に関わる全ての人の感染に対するいかなる責任も負わない。
 - (3) Jアラート警報が発令された場合は、競技を中断する場合がある。
11. その他
- (1) 顧問の受付がない学校の競技者の出場は認めない。
 - (2) プログラムは、配布しないので各校で印刷準備すること。
 - (3) 競技中に起こった怪我は、本部の医務室で応急処置のみを行う。
 - (4) 記録は、WEB ページで確認すること（記録ボードは設置しない）。
 - (5) 全ての競技者は、競技終了後に手洗い・消毒を行ってから退場すること。
 - (6) 盗難の発生や忘れ物に注意し、荷物等の管理は各校で十分注意すること。
 - (7) ゴミはすべて各自持ち帰ること。
 - (8) プログラム記載の個人情報（氏名、学校名など）および大会結果は、大阪陸上競技協会・大阪高体連陸上競技専門部 3・4 地区 WEB サイトに記載されるが、本大会関係以外には一切使用しません。

第 23 回阪奈和対抗陸上競技大会について（次年度の開催地は未定）

- (1) 3・4 地区合わせて、男・女それぞれに、
 - ・トラック 12 位（リレー種目 12 位）
 - ・フィールド 6 位（ハンマー投は 11/12 までのランキング上位 6 名を選考）
 - ・長距離オープンレーン種目（1500m・3000m・5000m・3000mSC）10 位
 - ・5000m 競歩 4 位上記の人数までが阪奈和対抗大会に出場できる。但し各種目 1 校 2 名までとする。
- (2) 阪奈和対抗大会の出場資格記録は本大会の記録を申請する。
- (3) 辞退する場合は、すみやかに各地区主任まで連絡をすること。

以 上