

競技注意事項



1 競技規則について

本大会は、2026年度公益財団法人日本陸上競技連盟競技規則並びに本大会申し合わせ事項により実施する。また、本大会はWRk対象競技会として申請しており、WRk申請種目はトラック種目(リレー種目を除く)と跳躍種目とする。投てき種目全てと混成競技(男子八種競技・女子七種競技)及びリレー種目は申請除外とする。

2 ウォーミングアップについて

(1) ウォーミングアップエリアは以下のとおりとする。

場所	時間	
主競技場 第2コーナーから第3コーナー	全日	入場～競技終了まで

※駒沢競技場正面入口前の広場でのウォーミングアップ・運動は禁止とする。

- (2) 主競技場ウォーミングアップエリアへは、トラックを通らずスタンド下を通って行くこと。また、その際スタートやフィニッシュ地点では競技の妨げにならないように気をつけること。
- (3) 競技区域内に入場できるのは、競技者のみ(※選手専用ADカードが必要)とし、指導者・引率者等の立入は認めない。
- (4) ウォーミングアップはすべて競技役員の指示に従い(競技運営上、一時的に制限することがある。)、指定された場所・時間の範囲内で事故防止に万全を期して行うこと。
※事故防止の観点から、ウォーミングアップエリアでの傘をさしての移動や音楽を聴きながらの運動は禁止とする。
- (5) ウォーミングアップエリアを含む競技区域内では、カメラ・携帯電話・スマートフォンなどによる撮影は禁止とする。

(6) リレーのバトン練習は以下の通りとする。

バトン練習時間		場所
2日目 5/9	8:20～9:45	第1曲走路からバックストレート ※使用レーンは練習場係の指示に従うこと
	11:55～13:35	
	13:50～14:45	
3日目 5/10	8:20～11:00	
	13:10～14:00	

(7) 練習用ハードルの設置については以下の通りとする。

競技種目	ハードル設置時間		場所
男女 400mH	3 日目	8 : 2 0 ~ 1 1 : 0 0	第 1 曲走路からバックストレート
	5/10	1 2 : 1 0 ~ 1 4 : 0 0	
混成男子 110mH	3 日目 5/10	8 : 2 0 ~ 9 : 0 0	ホームストレート
混成女子 100mH	4 日目 5/16	8 : 2 0 ~ 9 : 0 0	ホームストレート
男子 110mH 女子 100mH	5 日目	8 : 2 0 ~ 9 : 0 0	ホームストレート
	5/17	1 0 : 0 0 ~ 1 4 : 0 0	バックストレート側 棒高跳ピット

(8) フィールド競技の練習は競技役員の指示に従って、招集完了後に各々の競技場所で行うこと。

3 招集について

- (1) 競技者招集所は 100m スタート付近（競技場レイアウト参照）に設置する。
- (2) 代理人による点呼は認めない。但し種目を兼ねて出場する者で同時に 2 種目行われる場合は、その旨を競技者係及び審判員に申し出て競技の進行に支障のないようにする。
- (3) 混成競技の招集は各日の最初の種目についてのみ下記の方法により招集所で行う。以後の種目については招集完了時刻までに現地集合とする。
- (4) 招集開始時刻、招集完了時刻は下記のとおりとする。

	招集開始	招集完了
トラック競技	競技開始 30 分前	競技開始 20 分前
男女走幅跳、男女三段跳	競技開始 40 分前	競技開始 30 分前
男女ハンマー投	競技開始 50 分前	競技開始 40 分前
上記以外のフィールド種目予選	競技開始 40 分前	競技開始 30 分前
上記以外のフィールド種目決勝	競技開始 30 分前	競技開始 20 分前
混成競技	競技開始 30 分前	競技開始 20 分前

競技者は招集開始時刻に招集所で待機し最終確認を受けること。

- (5) 棒高跳は招集を現地で行い、競技開始 50 分前に打切りとする。
- (6) リレー競走に出場するチームは、各ラウンドの 1 組目の招集完了 60 分前までにオーダーを用紙に記入の上、招集所の競技者係主任に届け出ること（オーダー用紙はプログラムに掲載してある）。

4 アスリートビブスについて

- (1) 3000m以上の個人種目（3000mSCを含む）では、オーダーナンバー（レーンナンバー）を記したアスリートビブスを、ラウンド（予選、決勝）に関わらず各自で準備すること。
- (2) サイドビブスは、リレー以外の全トラック種目、400mリレーの4走者、1600mリレーの2～4走者において両側の腰につけること（インサイドカメラ使用のため）。サイドビブスもラウンドに関わらず各自で準備すること。

5 番組編成について（レーン順・試技順）

- (1) トラック競技予選のレーン順、フィールド競技の試技順はプログラム記載の番号順とする。
- (2) 400mまでのトラック種目および4×400m Rにおける準決勝、決勝に時間により進出する最後の1枠に同成績がいる場合は、0.001秒の実時間を考慮する。それでも同じ場合は、抽選を行う。
- (3) 抽選は同成績者または代理人によって行われる。アナウンス後15分を経過しても当該競技者あるいは代理人が来なかった場合は、主催者が代行する。
- (4) 800m以上の種目で最後の1枠に同タイムが出た場合、0.001秒の実時間を考慮する。それでも同じ場合は、同成績者は次のラウンドに進出できるものとする。この場合800mは1つのレーンに複数割り当てる。

6 競技について

(1) トラック競技について

- ① Setの合図の後に正当な理由なく手をあげるなどの遅延行為等を行った時、イエローカードを示し、警告を与える場合がある【競技規則 TR16.5.1-3】。累積2枚のイエローカードを受けた競技者は当該競技を失格とするが、それ以後の種目の出場を妨げない。
- ② リレー種目では、同一のユニフォームを原則とする【競技規則 TR5.1】。ランニングパンツ、スパッツなどは、形が不揃いでもよいが、同一色にすること。
- ③ 男子5000mWはスタートから33分、女子5000mWはスタートから38分で次の周回には入れないものとする。
- ④ 男子3000mSCは、出場選手が15名以下になった場合は、1組で実施する場合がある。欠場する場合は、早めに競技者係に申し出ること。

(2) フィールド競技について

- ① フィールド競技の予選通過記録は以下のとおりとする。

男子	走高跳	1m85	砲丸投	12m50	円盤投	37m00	やり投	51m00
女子	走高跳	1m58	砲丸投	10m10	円盤投	30m00	やり投	36m00

- ② 男女走幅跳、男女三段跳、男女ハンマー投は予選を行わない。
- ③ 予選通過記録を突破した競技者が 12 名に満たなかった場合、予選の成績により決勝進出者を追加補充する【競技規則 TR25.15】。走高跳の場合、同記録になった高さで、試技数の最も少なかった競技者を、それでも決まらないときは、同記録を生じた高さまでの試技数のうち、無効試技数が最も少なかった競技者を決勝進出者とする。その他フィールド競技の場合、同記録となった競技者の 2 番目の記録で順位を決める。それでも決められないときは 3 番目の記録で決める。
- ④ 男女走幅跳、男女三段跳は A・B ピットに分かれて行い、競技終了まで割り当てられたピットは変更しない。
- ⑤ 三段跳の踏切版は、砂場から男子は 12m 地点、女子は 9m 地点に設置する。

(3) 同時申込について

- ① 試技を行うべき順序の際に競技者不在の場合は、試技時間が過ぎたら「パス扱い」とする。【競技規則 TR4.3】

7 競技用具について

競技用具は、棒高跳のポールを除いて競技場備付のものを使用する。持参した用具の使用を希望するのは検査を受け使用許可を受けなければならない。又許可された用具は他の競技者にも使用させなければならない。

8 走高跳・棒高跳について

(1) 走高跳・棒高跳のバーの上げ方は、最後になり優勝が決定するまでは次の通りとする。ただし、天候などの状況により変更することがある。混成競技については、現地で A または B ピットを選択する。

種 目	練 習	バーのあげ方
男子走高跳予選	1m72	1m75・1m80・1m85
〃 決勝	1m80	1m84・1m89・1m92 以後3cmずつ
〃 棒高跳決勝	3m20・3m40・4m00	3m40・3m60・3m80・4m00・4m10 以後10cmずつ
女子走高跳予選	1m35・1m50	1m45・1m50・1m55・1m58
〃 決勝	1m45	1m51・1m56・1m59 以後3cmずつ
女子棒高跳決勝	2m00・2m50・3m00	2m20・2m40・2m60・2m70 以後10cmずつ
男子八種競技 走高跳	Aピット：1m30 Bピット：1m55	1m33・1m36 以後3cmずつ 1m60・1m63 以後3cmずつ
女子七種競技 走高跳	Aピット：1m15 Bピット：1m30	1m18・1m21 以後3cmずつ 1m33・1m36 以後3cmずつ

(2) 混成競技においては、2 組に分かれる場合、現地で A または B ピットを選択する。

(3) 走高跳・棒高跳において、関東大会出場枠の最終順位に同順位が複数名いた場合、同順位の選手のみによる関東大会出場者決定戦をジャンプオフ形式で行う。

9 競技用シューズについて

- (1) 競技用シューズの最大の厚さは、競歩競技で 40 mm、その他の種目では 20 mmとする。【競技規則 TR5.2】。ただし、サークルで行われる投てき種目(砲丸投、円盤投、ハンマー投)に関しては、任意のシューズの着用を認める。
- (2) 必要に応じて、競技役員が競技用靴を競技前、競技中または競技後に検査することがある。
- (3) その他詳細、WA 承認靴リストについては、日本陸連ホームページ「シューズ規則に関して」を参照すること。 <https://www.jaaf.or.jp/about/resist/technical/shoes/>

10 結果発表と抗議について

- (1) 各種目結果発表は、大型映像装置及びアナウンスで行う。掲示板による発表は行わない。
- (2) 発表された結果に対する抗議は、同一日に次のラウンドが行われる場合は発表後 15 分以内、それ以外の場合は発表後 30 分以内に、競技者もしくは顧問が審判長に対して口頭で行い、審判長からの裁定を聞く。この裁定に納得がいかない場合は、預託金 (20, 000 円) を添えて、総務を通してジュリーに「上訴申立書」で申し出る。なお、この裁定は最終の決定となる【競技規則 TR8】。「上訴申立書」は総務に用意する。

11 助力について

- (1) ビデオ装置、レコーダー、ラジオ、CD プレーヤー、トランシーバーや携帯電話もしくはそれらに類似した機器を競技区域内で所持または使用することは、助力と見なされ許可しない【競技規則 TR6.3.2】。
- (2) 顧問・指導者らによる助言・指導は、競技場内スタンドに設けたコーチングエリアからのみ行うことができる。グラウンドレベル(競技エリアおよびウォーミングアップエリア)での助言・指導は禁止とする。
- (3) スタンドから競技者に映像機器を手渡す場合は、指定された場所からのみ認める。

12 入賞及び対校得点について

- (1) 各種目 8 位までを表彰する。
- (2) 入賞者(チーム)の得点は、1 位 8 点・2 位 7 点・3 位 6 点・4 位 5 点・5 位 4 点・6 位 3 点・7 位 2 点・8 位 1 点とする。

- (3) 男女各1名ずつ優秀選手を表彰する。

13 南関東大会について

- (1) 男女の混成競技、女子の棒高跳・三段跳・ハンマー投については4位までに入賞した者(4名)、男女の競歩種目については5位までに入賞した者、それ以外の各種目においては6位までに入賞した者及び走高跳・棒高跳は6位(6名)までが、関東大会(6/12(金)~15(月):茨城)に出場することができる。
- (2) 南関東大会に出場の権利を得た学校は正面スタンド1階強化委員会の部屋(貴賓室隣)まで書類を取りに来ること。
- (3) 5月20日(水)午後6時00分~6時30分、立教池袋高校にて南関東大会出場者の申込受付を行なうので、顧問は必要書類をととのえた上、必ず出席すること。(駐車場がないので車での来校は禁止)

14 その他

- (1) 本大会は2026年度国民スポーツ大会東京都予選会を兼ねる。
- (2) ハンマー投の表彰は、5月17日(日)12:30頃に行う。
- (3) ゴミは、各自で必ず家に持ち帰ること。なお、競技終了後、各支部は指定された区域の清掃を行うこと。5月9(土), 10日(日)は第1,2,3支部の学校、責任者は各支部長。5月16日(土), 17日(日)は第4,5,6支部の学校、責任者は各支部長。
- (4) 競技場内通路(ダッグアウト)にシートを敷いたりして場所を占有してはならない。
- (5) 学校対抗の表彰は閉会式にて実施する。
- (6) その他不明の点は大会総務まで照会下さい。