

陸上競技部顧問各位

東京都高体連陸上競技専門部
審判委員会

2026年度 競技規則等修改正について【追加通知】

～サークル投てきにおけるシューズ規程適用除外～

1. 今回の改正

WA が3月19日の Council（評議会）において、競技規則およびシューズ規程に改正を加え、シューズ規程の改正は2026年4月10日から有効とする旨、4月7日付で日本陸連から通知がありました。

(1) シューズ規程の改正内容

サークルから行われる投てき種目（砲丸投、円盤投、ハンマー投）を、競技用靴に関する規程（Athletic Shoe Regulations）の適用対象から除外することが承認されました。これにより、当該種目の競技者は任意のシューズを着用することが認められます。

(2) 改正の背景

この改正は、当該種目においてシューズが競技成績に実質的な優位性をもたらすという明確な科学的根拠がないこと、ならびに、専門的でないシューズが使用される場合に当該規則順守を徹底することの実務的な困難さと、過度な影響を考へてのことです。

(3) 国内での適用除外開始

2026年4月10日より（WRk 競技会およびその他の公認競技会）

この改正により、WRk 競技会およびその他の公認競技会でサークルからの投てき種目において任意のシューズを着用してよいことになります。4月10日から適用になりますのでご注意ください。

2. 改正前の規程【参考資料】

TR5.2：競技用靴に関する規程＜2026年1月1日～＞

種 目	靴底の最大の厚さ	備 考
トラック種目 フィールド種目 (競歩を除く)	スパイクシューズ または ノンスパイクシューズ 20mm	
競歩種目 (トラック, 道路) 道路競走種目	40mm	
クロスカントリー種目	スパイクシューズ：20mm ノンスパイクシューズ：40mm	2026年3月31日まで適用。 2026年4月1日以降は、厚さに制限は設けない。