

第1回 宮崎陸上競技協会強化記録会												
競 技 順 序 (8月8日) ※暑熱対策あり												
トラック競技							跳躍競技					
NO	種別	種 目	ラウンド	開始時刻	組	人数	NO	種別	種 目	ラウンド	開始時刻	人数
1	共通女	2000mSC	決 勝	9:00	1	1	1	共通男	走高跳	決 勝	9:00	14
2	共通男	3000mSC	決 勝	9:15	1	4	2	共通女	走幅跳 (1組:Aヒット,2組:Bヒット)	決 勝	9:00	41
3	共通女	100m第1レース	決勝(タイムレース)	9:30 9:45 10:00	1～6 7～12 13～16	122	3	共通女	棒高跳	決 勝	10:00	8
4	共通男	100m第1レース	決勝(タイムレース)	10:10 10:25 10:40 10:55 11:10 11:25	1～6 7～12 13～18 19～24 25～30 31～34	266	4	共通男	走幅跳 (1組:Aヒット,2組:Bヒット)	決 勝	11:00	45
5	共通女	200m	決勝(タイムレース)	11:35 11:50	1～6 7～8	64	5	共通女	走高跳	決 勝	16:00	15
6	共通男	200m	決勝(タイムレース)	11:55 12:10	1～6 7～12	95	6	共通女	三段跳	決 勝	16:00	13
7	中学女	100mH	決勝(タイムレース)	12:30	2	11	7	共通男	棒高跳	決 勝	16:00	9
8	共通女	100mYH	決 勝	12:40	1	6	8	共通男	三段跳 (1組:Aヒット,2組:Bヒット)	決 勝	17:30	18
9	共通女	100mH	決勝(タイムレース)	12:45	2	13	投てき競技					
10	中学男	110mH	決 勝	12:55	1	4	NO	種別	種 目	ラウンド	開始時刻	人数
11	共通男	110mJH	決 勝	13:00	1	8	1	中学女	砲丸投(2.721kg)	決 勝	9:00	4
12	共通男	110mH	決 勝	13:05	1	7	1	共通女	砲丸投(4.0kg)	決 勝	9:00	11
13	共通女	300m	決 勝	16:00	1	8	2	高校男	円盤投(1.75kg)	決 勝	9:00	16
14	共通男	300m	決勝(タイムレース)	16:05	3	20	2	共通男	円盤投(2.0kg)	決 勝	9:00	5
15	共通女	400m	決勝(タイムレース)	16:15	3	18	2	共通女	円盤投(1.0kg)	決 勝	9:00	16
16	共通男	400m	決勝(タイムレース)	16:30 16:45 17:00	1～4 5～8 9～11	83	3	中学男	砲丸投(5.0kg)	決 勝	10:30	7
17	共通女	100m第2レース	決勝(タイムレース)	17:10 17:25 17:30	1～6 7～8 1～6	60	3	中3・高1	砲丸投(5.0kg)	決 勝	10:30	1
18	共通男	100m第2レース	決勝(タイムレース)	17:45 18:00	7～12 13～18	137	3	高校男	砲丸投(6.0kg)	決 勝	10:30	12
19	共通女	1500m	決勝(タイムレース)	18:15	2	50	3	共通男	砲丸投(7.26kg)	決 勝	10:30	2
20	共通女	300mH	決 勝	18:35	1	3	4	共通女	ハンマー投(4kg)	決 勝	11:30	9
21	共通男	300mH	決 勝	18:40	1	7	4	高校男	ハンマー投(6.0kg)	決 勝	11:30	7
22	共通女	400mH	決 勝	18:45	1	7	4	共通男	ハンマー投(7.26kg)	決 勝	11:30	1
23	共通男	400mH	決勝(タイムレース)	18:50	2	13	5	共通女	やり投(600g)	決 勝	16:00	13
24	共通女	800m	決勝(タイムレース)	19:05 19:20 19:35	1～3 4～6 7～8	75	5	共通男	やり投(800g)	決 勝	16:00	13
25	共通男	800m	決勝(タイムレース)	19:45 20:00 20:15	1～3 4～6 7～8	71	※4×100mRは、参加者が多数で競技終了が遅くなるため実施しない。					
28	共通男	3000m	決勝(タイムレース)	20:25 20:40	1 2	43						

第1回 宮崎陸上競技協会強化記録会												
競 技 順 序 (8月8日) ※暑熱対策なし												
トラック競技							跳躍競技					
NO	種別	種 目	ラウンド	開始時刻	組	人数	NO	種別	種 目	ラウンド	開始時刻	人数
1	共通女	2000mSC	決 勝	9:00	1	1	1	共通男	走高跳	決 勝	10:00	14
2	共通男	3000mSC	決 勝	9:15	1	4	2	共通女	走幅跳 (1組:Aビット,2組:Bビット)	決 勝	10:00	41
3	共通女	100m第1レース	決勝(タイムレース)	9:30 9:45 10:00	1～6 7～12 13～16	122	3	共通女	棒高跳	決 勝	10:30	8
4	共通男	100m第1レース	決勝(タイムレース)	10:10 10:25 10:40 10:55 11:10 11:25	1～6 7～12 13～18 19～24 25～30 31～34	266	4	共通男	走幅跳 (1組:Aビット,2組:Bビット)	決 勝	12:30	45
5	共通女	200m	決勝(タイムレース)	11:35 11:50	1～6 7～8	64	5	共通女	走高跳	決 勝	13:00	15
6	共通男	200m	決勝(タイムレース)	11:55 12:10	1～6 7～12	95	6	共通男	棒高跳	決 勝	15:00	9
7	中学女	100mH	決勝(タイムレース)	12:30	2	11	7	共通女	三段跳	決 勝	15:00	13
8	共通女	100mYH	決 勝	12:40	1	6	8	共通男	三段跳 (1組:Aビット,2組:Bビット)	決 勝	16:30	18
9	共通女	100mH	決勝(タイムレース)	12:45	2	13	投てき競技					
10	中学男	110mH	決 勝	12:55	1	3						
11	共通男	110mJH	決 勝	13:00	1	8	NO	種別	種 目	ラウンド	開始時刻	人数
12	共通男	110mH	決 勝	13:05	1	8	1	中学女	砲丸投(2.721kg)	決 勝	10:00	4
13	共通女	300m	決 勝	13:15	1	8	1	共通女	砲丸投(4.0kg)	決 勝	10:00	11
14	共通男	300m	決勝(タイムレース)	13:20	3	20	2	高校男	円盤投(1.75kg)	決 勝	10:00	16
15	共通女	400m	決勝(タイムレース)	13:30	3	18	2	共通男	円盤投(2.0kg)	決 勝	10:00	5
16	共通男	400m	決勝(タイムレース)	13:45 14:00 14:15	1～4 5～8 9～11	83	2	共通女	円盤投(1.0kg)	決 勝	10:00	16
17	共通女	100m第2レース	決勝(タイムレース)	14:25 14:40 14:45	1～6 7～8 1～6	60	3	中学男	砲丸投(5.0kg)	決 勝	11:30	6
18	共通男	100m第2レース	決勝(タイムレース)	15:00 15:15	7～12 13～18	137	3	中3・高1	砲丸投(5.0kg)	決 勝	11:30	1
19	共通女	1500m	決勝(タイムレース)	15:30	2	50	3	高校男	砲丸投(6.0kg)	決 勝	11:30	12
20	共通女	300mH	決 勝	15:50	1	3	3	共通男	砲丸投(7.26kg)	決 勝	11:30	3
21	共通男	300mH	決 勝	15:55	1	7	4	共通女	ハンマー投(4kg)	決 勝	12:30	9
22	共通女	400mH	決 勝	16:00	1	7	4	共通男	ハンマー投(6.0kg)	決 勝	12:30	7
23	共通男	400mH	決勝(タイムレース)	16:05	2	13	4	共通男	ハンマー投(7.26kg)	決 勝	12:30	1
24	共通女	800m	決勝(タイムレース)	16:20 16:35 16:50	1～3 4～6 7～8	75	5	共通女	やり投(600g)	決 勝	15:00	13
25	共通男	800m	決勝(タイムレース)	17:00 17:15 17:30	1～3 4～6 7～8	71	5	共通男	やり投(800g)	決 勝	15:00	13
28	共通男	3000m	決勝(タイムレース)	17:40 17:55	1 2	43	※4×100mRは、参加者が多数で競技終了が遅くなるため実施しない。					

競技注意事項

- 本大会は、2026年度日本陸上競技連盟競技規則および本大会要項により実施する。
また、共通種目（リレーを除く）は、WRk 対象競技会である。
- 招集について（招集所は競技場北側第4ゲート避難タワー下）
 - 競技者は、招集時刻に招集所で点呼を受ける。その後、競技役員の誘導に従い、競技場に入場する。
退場は競技役員の指示による。
 - 招集時刻は次のとおりとする。

競 技 種 目	招集開始時刻(点呼開始時刻)	招集完了時刻(移動開始時刻)
トラック 競技	競技開始30分前	競技開始20分前
投てき 競技	競技開始40分前	競技開始30分前
跳 躍 競 技	競技開始50分前	競技開始40分前
棒 高 跳	競技開始60分前	競技開始50分前

※競技者は、競技順序記載の該当する組の競技時刻に合わせて、招集を受けること。

- 招集完了時刻に遅れたものは欠場とみなし、出場を認めない。（但し、他種目に出場中は代理でも可）
- リレーのオーダー用紙は、招集完了時刻1時間前までに、競技者係に提出すること。オーダー用紙は、招集所に準備する。
- 番組編成について（レーン順・試技順）
トラック競技のレーン順とフィールド競技の試技順は、主催者が抽選で決定し、プログラム記載の各競技者の登録番号の左に数字で示す。
- トラック競技について
 - スターターの合図は英語とし、一度の不正スタートでも責任を有する競技者は失格させられる。
 - 800mにおいては、1レーンからレーンナンバーの若い順にレーンに入る。1組9名を超える選手が出場する場合は、7、8レーンを各2名が走る。また、欠場者がいる場合は、1つのレーンを2名で走ること無くすために、レーンを内側に詰める場合がある。レーンについては出発係の指示に従うこと。
腰ナンバーカードはプログラム記載の番号とする。
 - 3000mにおいて、1組20名を超える場合は、原則としてグループスタートを行う。
- フィールド競技は、3回試技とする。
- アスリートビブスについて
 - アスリートビブスの番号は、2026年度の日本陸連登録番号とし、各自で作成し胸背部に確実に付ける。トラック競技の腰ナンバーカードは主催者が準備する。
 - 跳躍競技の出場者は胸背部のいずれか一方のみでよい。
- 用器具は競技場のものを使用するが、やりは検定後持参のものを使用してよい。
やりの検定は競技開始1時間前にゴール側用器具庫で行なう。
- 競技場は全天候舗装である。また、競技用靴については、シューズに関する競技規則を適用する。
ただし、砲丸投、円盤投、ハンマー投は、競技用靴に関する規程の適用対象から除外される。
- 走高跳、棒高跳のバーの上げ方は下表のとおりにする。ただし、気象条件等により変更する場合もある。

競技	種別	練習	試 技								
走高跳	男	任意 の 高さ	1.55	1.60	1.65	1.70	1.75	1.80	1.83	1.86	以降 3cm
	女		1.20	1.25	1.30	1.35	1.40	1.45	1.50	1.53	ずつ上げる
棒高跳	男		2.60	2.80	3.00	3.10	3.20	3.30	3.40	3.50	以降 10cm
	女		2.00	2.10	2.20	2.30	2.40	2.50	2.60	2.70	ずつ上げる

- 三段跳の踏切板は、男子は11m(Aピット)と13m(Bピット)、女子は9mとする。
- 第2陸上競技場、屋内走路を練習会場として開放する。
- 競技結果等については、宮崎陸上協会 Mobile サイト (<https://www.miyariku.org/keitai/index.html>) に掲載する。また、競技場正面玄関前にも掲示する。