競　技　順　序

トラック競技

NO	種別	種　目	開始時刻	組数	人数
1	共通女	3000m	9:00	1	13
2	中男	3000m	9:15	1	35
			9:30	2	
3	ダウン症アスリート	小女60m	9:45	1	5
		小男60m	9:45	1	7
		中女60m	9:45	1	8
		中男・一般,高女60m	9:45	1	2・1,1
		一般・高男60m	9:45	1	3・4
4	中女	100mH	10:05	3	19
5	共通女	100mYH	10:20	1	3
6	共通女	100mH	10:25	2	15
7	中男	110mH	10:40	1	7
8	共通男	110mJH	10:45	1	3
9	共通男	110mH	10:50	1	8
10	ダウン症アスリート	小男・女100m	11:00	1	2・1
		中男・女100m	11:00	1	3・2
		一般女100m	11:00	1	4
		高男100m	11:00	1	4
		一般男100m	11:00	1	5
11	小女	100m	11:15	1～6	54
			11:30	7	
12	小男	100m	11:30	5	38
13	中女	100m	11:45	1～6	132
			12:00	7～12	
			12:15	13～17	
14	中男	100m	12:30	1～6	162
			12:45	7～12	
			13:00	13～18	
			13:15	19～21	
15	共通女	100m	13:25	1～6	72
			13:40	7～9	
16	共通男	100m	13:50	1～6	191
			14:05	7～12	
			14:20	13～18	
			14:35	19～24	
17	ダウン症アスリート	一般女・中男200m	14:50	1	3・1
		一般・高男200m	14:50	1	3・2
18	中女	200m	14:55	1～6	53
			15:10	7	
19	中男	200m	15:15	1～6	74
			15:30	7～10	
20	ダウン症アスリート	一般男・女400m	15:40	1	3・1
21	共通女	400m	15:45	1～4	40
			16:00	5	
22	共通男	400m	16:05	1～4	95
			16:20	5～8	
			16:35	9～12	
23	中女	1500m	16:50	1	20
24	中女	4×100mR	17:00	2	16
25	中男	4×100mR	17:10	2	15
26	共通女	4×100mR	17:20	2	11
27	共通男	4×100mR	17:30	3	21
28	共通女	5000m	17:45	1	5
29	共通男	5000m	17:45	1	39
			18:05	2	

跳躍競技

NO	種別	種目	開始時刻	人数	備考
1	中男	走幅跳	9:30	30	A・Bピットで実施
2	ダウン症アスリート	一般男走幅跳	9:30	2	
3	共通・中女	走高跳	10:00	10・11	
4	共通・中男	棒高跳	10:30	4・4	
5	共通男	走幅跳	11:30	41	A・Bピットで実施
6	中学女	走幅跳	13:30	32	A・Bピットで実施
7	共通女	棒高跳	14:00	11	
8	共通・中男	走高跳	14:00	7・6	
9	共通女	走幅跳	15:30	23	A・Bピットで実施

投てき競技

NO	種別	種目	開始時刻	人数	備考
1	共通・高男,共通女	ハンマー投	9:30	1・7,5	
2	中男・女	砲丸投	10:00	10・9	
3	高男・共通女	砲丸投	10:00	15・8	
4	ダウン症アスリート	一般・高男,一般女砲丸投	10:00	2・1,1	6回試技
5	中男・女	ジャベリックスロー	11:00	18・9	
6	ダウン症アスリート	中・小女ジャベリックスロー	11:00	3・1	
7	ダウン症アスリート	一般・高・中・小男ジャベリックスロー	11:00	2・2・2・3	
8	共通・高・中男,共通女	円盤投	13:00	1・17・6,13	
9	共通男・女	やり投	14:00	21・12	
10	ダウン症アスリート	一般男やり投	14:00	2	6回試技

投てき競技は県総合運動公園投てき場で行う。

共通女子5000mは、共通男子5000m1組と同時スタートで行う。

競技注意事項

1．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。WA 規則により実施される。

2．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、投てき競技は競技実施場所）

（1）競技者は招集完了時刻までに招集所に集合し、チェックを受ける。その後、役員の指示に従い競技場に入場する。

（2）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３０分前	競技開始２０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、チェックを受けること。

（3）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。

（4）リレーのオーダー用紙は当該種目、第１組目の招集完了時刻１時間前までに、招集所に提出すること。オーダー用紙は、招集所に準備する。

（5）同時に２種目以上出場する競技者は、「２種目同時出場届」を招集所で受け取り、先に行われる種目の招集時に提出すること。（各種目で提出すること。）

3．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。

4．トラック競技について

（1）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。
　小学生は、同一人が２回不正スタートした場合に失格となるが、失格となった場合は、オープンとして走らせる。

（2）３０００m、５０００mにおいて、１組２０名を超える場合は、グループスタートを行う。

（3）共通女子５０００mは、共通男子５０００ｍ１組と同時スタートで行う。

5．フィールド競技は、３回試技とする。

6．投てき競技は付帯投てき場で行う。

7．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こと。跳躍競技の出場者は胸背部のいずれか一方のみでよい。トラック競技の腰ナンバー標識は主催者が準備する。

8．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。

9．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

10. 練習会場は、第２陸上競技場、投てき場、屋内走路とする。練習会場係の指示に従うこと。

11. 競技結果等については、宮崎陸上競技協会 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。