

競技注意事項

- 1 本大会は、2025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。
- 2 招集について

競技者は必ず、招集所（100mスタート側避難タワー下）でコールを済ませた後、待機すること。コールに遅れたものは欠場とみなし、競技に出場できない。

競技種目	招集開始時刻	招集完了時刻
トラック競技	競技開始30分前	競技開始15分前
フィールド競技	競技開始40分前	競技開始30分前

- 3 トラック競技は次の要領で行う。

- (1) スタート合図は、英語とする。
- (2) スタートは、同じ競技者が2回不正スタートをした場合にその競技者を失格とするが、オープンとして走らせる。また、トラック競技におけるスタート時の発声を禁止する。
- (3) スタート方法は、クラウチングスタートとするが、クラウチングスタートに慣れていない競技者はスタンディングスタートも認める。スターティングブロックは使用しなくても良い。
- (4) 4×100mRは、リレーオーダー用紙を当該種目招集完了時刻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用意する。
- (5) 4×100mRは、出場するメンバーのうち、少なくとも2人はリレーに申し込んだ競技者でなければならない。
- (6) 4×100mRにおけるテイクオーバーゾーンの距離は30mである。テイクオーバーゾーンの中でスタートしなければならない。
- (7) 4×100mRに出場する選手のユニフォームは、原則としてチーム全選手とも同一デザインとする。
- (8) 4×100mRでは、レース終了後に次走者がつけたマーカを前走者が必ず回収する。
- (9) 80mハードルは高さ70cm、台数9台で実施する。インターバルの規定は下記の通りとする。

スタートから第1ハードル	インターバル	最終ハードルからゴール
13m	7m	11m

- (10) 全ての競技はタイムレース決勝で行う。

- 4 走幅跳の試技は3回とする。
- 5 スパイクシューズのピンは9mm以下を使用すること。
- 6 競技者の競技場への入退場は、競技役員の手配による。
- 7 各種目1位から3位までに賞状とメダルを授与する。
- 8 競技場内へは当該競技者及び当該競技役員以外立ち入ることはできない。

ゴミの持ち帰りの徹底を各クラブにてお願いいたします。