

第72回 全日本中学校通信陸上競技宮崎大会要項

兼国民体育大会宮崎県代表選手選考会

- 1 主 催 公益財団法人日本陸上競技連盟 公益財団法人日本中学校体育連盟
 一般財団法人宮崎陸上競技協会
 2 共 催 宮崎県中学校体育連盟
 3 後 援 NHK 朝日新聞社 宮崎県教育委員会
 4 主 管 一般財団法人宮崎陸上競技協会
 5 期 日 2026年6月27日(土) 監督会 9時00分
 競技開始 10時00分
 6月28日(日) 監督会 9時00分
 競技開始 10時00分
 6 会 場 霧島酒造スポーツランド都城 KUROKIRI STADIUM
 7 競技種目

27日 (土)	1年	男100m、※男1500m、女100m
	低学年	※男4×100mリレー予選、※女4×100mリレー予選
	共通 男子	200m、800m、3000m、110mH、走高跳、棒高跳、走幅跳予選 砲丸投予選、※ジャベリックスロー、四種競技(110mH、砲丸投)
	共通 女子	200m、800m、100mH、棒高跳、走幅跳予選、砲丸投予選、 ※ジャベリックスロー、四種競技(100mH、走高跳)
28日 (日)	1年	※女800m
	2年	男100m、女100m
	3年	男100m、女100m
	低学年	※男4×100mリレー決勝、※女4×100mリレー決勝
	共通 男子	400m、1500m、4×100mリレー、走幅跳決勝、※三段跳 砲丸投決勝、円盤投、四種競技(400m、走高跳)
	共通 女子	1500m、4×100mリレー、走高跳、走幅跳決勝、砲丸投決勝、 円盤投、四種競技(200m、砲丸投)

※印の種目は本県独自の奨励種目

- 8 参加資格 宮崎県中学校体育連盟に加盟する生徒で、2026年度宮崎陸上競技協会登録者であること。
 9 参加制限 (1) 1種目、各学校、各クラブ3名以内とする。
 (2) 1人2種目以内とする。ただし、リレーは除く。
 (3) リレーは1校、1クラブ、1チームとする。※クラブチームの出場に関しては、日本中体連の示す規定に準ずる。
 10 競技規則 (1) 2026年度日本陸上競技連盟競技規則、本大会要項および監督会申し合わせ事項により実施する。
 (2) ハードルは次の規格で行う。

	種別	高さ	1台目まで	インターバル
男子	共通	914mm	13.72m	9.14m
女子	共通	762mm	13.00m	8.00m

- (3) 四種競技は、下記の順で実施する。
 男子：①110mH ②砲丸投 ③走高跳 ④400m
 女子：①100mH ②走高跳 ③砲丸投 ④200m
 (4) 投てき物の重量は下記のようにする。
 ・砲丸投は、男子5.0kg、女子2.721kgとする。ただし、男子の四種競技は4.0kgで行う。
 ・円盤投は、男子1.5kg、女子1.0kgとする。
 (5) 走高跳・棒高跳のバーの上げ方は、次の通りとする。

種目・性別・種別		練習	試技
走高跳	男子	共通	1m35 1m40から5cmずつ、1m80からは3cmずつ
		四種競技	1m30 1m33から3cmずつ
	女子	共通	1m15 1m20から5cmずつ、1m45からは3cmずつ
		四種競技	1m10 1m13から3cmずつ
棒高跳	男子	共通	2m00 2m10から10cmずつ
	女子	共通	1m60 1m80から10cmずつ

- (6) 低学年リレーの走順は、
 1走は2年、2走は1年、3走は1年、4走は2年とする。

- 11 競技方法 (1) ハードル競技を含む 800m までの競技とリレーについては、タイムレース予選・決勝とし、その他はタイムレース決勝とする。
 (2) 1 年生、2 年生も共通種目への参加を認める。
- 12 参加料 (1) 1 人 1 種目 1 0 0 0 円
 リレー 1 チーム 1 5 0 0 円
 (2) 参加料は下記の口座へ送金すること。

郵便局	郵便振替口座番号	0 1 7 7 0 - 7 - 5 2 7 9 6
加入者名	宮崎陸上競技協会	

※ 払込取扱票の通信欄に大会名、所属名（個人の場合は個人名）を明記すること。払込用紙（青）は郵便局のものを使用すること。（振込手数料が必要）大会申込締切期日までに送金すること。送金のない場合は大会に出場できない。

- (3) 参加料は理由の如何にかかわらず返金しない。
- 13 申込方法 (1) Web エントリーシステムを用いた申込とする。宮崎陸上競技協会ホームページ、又は宮崎県中体連陸上競技専門部ホームページから Web エントリーシステムサイトへアクセスし 2026 年 6 月 4 日（木）までに申し込むこと。
 (2) 申込みに際し、入力事項に記入もれのないように注意すること。なお、Web エントリーシステム以外での申し込みは受け付けない。また、申し込み締切後の受付は一切行わない。

《問い合わせ先》

〈大会全般〉	〒889-1901 三股町樺山 3 5 4 8 番地 三股町立三股中学校 田原 義雄 宛 電話：0986(52)1144 FAX：0986(52)1143
〈申込関係〉	〒882-0021 延岡市無鹿町1丁目 2 2 1 8 番地 1 延岡市立東海中学校 松濱 幹 宛 電話：0982(33)3029 FAX：0982(33)3030

- 14 表彰 各種目の 8 位までの入賞者には、日本陸上競技連盟より賞状を授与する。また奨励種目は、宮崎陸上競技協会より 3 位までに賞状を授与する。

15 その他

- (1) 本大会で標準記録に到達した者は、第 5 3 回全日本中学校陸上競技選手権大会に出場できる。追い風参考記録は、参加対象記録とはしない。
- (2) アスリートビブスは、2026 年度宮崎陸協登録番号で作成し、胸背部（跳躍競技は胸背部いずれか一方のみでもよい）につけること。大きさは 24cm×16cm、字幅は 1.5cm 程度とし、男子は白地に黒で記入したもの、女子は白地に赤で記入したものとする。
- (3) 競技場は全天候舗装である。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。
- (4) 競技順序については、大会開催の 1 週間前までに、宮崎陸上競技協会ホームページ (<https://www.miyariku.org/>) に掲載する。
- (5) 暑熱対策のため、日中最も暑い 1 4 時前後の時間帯に休憩時間をいれる予定である。天候によっては、タイムテーブルの変更や競技方法の変更等を行う場合がある。
- (6) 競技中に発生した疾病・傷害についての応急処置は主催者側にて行うが、以後の責任は負わない。
 参加者各自でスポーツ安全保険等に加入しておくこと。
- (7) 取得した個人情報、本協会個人情報保護方針に則り使用します。

※競技部・審判部からの連絡・注意事項

- ・競技場の開場時刻は、競技開始 2 時間前
- ・競技役員の集合時刻は、競技開始 1 時間前

第53回全日本中学校陸上競技選手権大会参加標準記録
(追い風参考記録は対象としない)

男子 (13種目)		女子 (10種目)	
100m	11"05	100m	12"40
200m	22"50	200m	25"80
400m	51"00	—	—
800m	1'59"00	800m	2'15"50
1500m	4'06"50	1500m	4'38"00
3000m	8'55"50	—	—
110mH	14"60	100mH	14"50
走高跳	1m86	走高跳	1m60
棒高跳	4m00	—	—
走幅跳	6m60	走幅跳	5m40
砲丸投	13m40	砲丸投	12m50
四種競技	2580点	四種競技	2650点
4×100mR	宮崎県中学校総合体育大会 優勝チーム	4×100mR	宮崎県中学校総合体育大会 優勝チーム

※四種競技は平均風速が2.0mを超えた記録は対象としない。

※電気計時とする(手動計時は認めない)。