

種目	ソールの最大厚さ (本規程 10.6 による)	その他の要件/注意
フィールド種目 (除：三段跳)	20mm	全投てき種目と高さを競う跳躍種目および三段跳を除く、長さを競う跳躍種目に適用。全フィールド種目で、靴の前の部分の中心点の靴底の厚さは、踵の中心点の靴底の厚さを超えてはならない。
三段跳	25mm	靴の前の部分の中心点の靴底の厚さは、踵の中心点の靴底の厚さを超えてはならない。
トラック種目 (800m 未満の種目、ハードル種目を含む)	20mm	リレーにおいては、各走者が走る距離に応じて適用する。
トラック種目 (800m 以上の種目、障害物競走を含む)	25mm	リレーにおいては、各走者が走る距離に応じて適用する。 競技場内で行う競歩競技の靴底の厚さは、道路競技と同じとする。
クロスカントリー	25mm スパイクシューズ または 40mm ノン・ スパイクシューズ	競技者はスパイクシューズでもノン・スパイクシューズ（ロードシューズなど）を履くことができる。スパイクシューズを履く場合、靴底の最大の厚さは 25mm を超えてはならない。ノン・スパイクシューズを履く場合、靴底の最大の厚さは 40mm を超えてはならない。
道路競技(競走・競歩)	40mm	
マウンテンレース トレイルレース	制限なし	