

競技注意事項

1 競技規則について

本大会は、2026 年度（公財）日本陸上競技連盟競技規則、本大会要項及び競技注意事項を適用する。

2 競技場使用について

- (1) ウォームアップは、補助競技場を原則とする。練習は係員の指示によって行うこと。
 - ・ 補助競技場の使用時間は、原則、**19 時 00 分（3 日目は 18 時 00 分）**までとする。ただし、クーリングダウンで使用する場合は除く。
 - ・ メディシンボールやミニハードル、ラダー、マーク等、競技場備え付けの用具以外は使用禁止とする。
 - ・ 1～2 レーンは、周回練習のみ（ペースの遅いジョグや集団走はしない）、3～6 レーンは、短距離練習のみとする。
 - ・ ブロックを使用したスタート練習ができるレーンの割り当て及び使用可能な時間帯については、下記を参照すること。
 - ・ 100m・100mH・110mH のスタート練習は、多目的広場側直走路のみ使用することができる。
 - ・ 200m・400m・4×100mR のスタート練習は第1曲走路のみ使用することができる。直走路には侵入しないこと。
 - ・ リレーの練習は、下記の時間帯で指定されたレーン（3～6 レーン）を使用すること。また、その際は、周囲の安全に十分留意すること。**下記の時間帯以外は第4コーナー付近を使用しないこと。**

＜スタート練習・ハードル練習ができるレーンの割り当ておよび使用可能な時間帯＞

1 日目 7/19（日）	種 目	～15:00	15:00～16:30	16:30～19:00
	400m	3～6 レーン	3～6 レーン	5・6 レーン
	100m		3～6 レーン	3～9 レーン
	100mH	7・8 レーン	7・8 レーン	10 レーン
	110mH	10・11 レーン	10・11 レーン	11 レーン
	リレー	3～6 レーン		

2 日目 7/20（月）	種 目	～15:00	15:00～18:30	18:30～19:00
	200・400m	5・6 レーン	5・6 レーン	3～6 レーン
	100m	5～9 レーン	5～9 レーン	
	100mH	10 レーン	10 レーン	10 レーン
	110mH	11 レーン	11 レーン	11 レーン
	リレー	リレー練習可（ただし、 第4コーナー付近の使用は禁止 ）		

3 日目 7/21（火）	種 目	～15:00	15:00～16:00	16:00～18:00
	200m	3～6 レーン	5・6 レーン	5・6 レーン
	100mH	5～7 レーン	5～7 レーン	10 レーン
	110mH	9～11 レーン	9～11 レーン	11 レーン
	リレー		第2・第3コーナーでの練習は可	3～6 レーン

- (2) 砲丸投の練習については、補助競技場内トラック外側の砲丸投ピットのみとする。なお、練習用の砲丸は、各団体で準備する。
- (3) 円盤投の練習については、招集完了後、主競技場円盤投サークルに移動して練習を行うことができる。その際は、審判員の指示に従うこと。なお、補助競技場、多目的広場を利用したの投てき練習は禁止とする。
- (4) 練習および競技で使ったマーカー（テープ類）は、必ず使用後に各自で処理すること。
- (5) 雨天時に限り、雨天練習場を開放する。雨天練習場の使用は、体操、ストレッチ、動き作り、ジョギング程度とし、スパイクを履いての走行や、器具（ミニハードルやメディシンボール等）を使用しての練習は禁止する。なお、雨天練習場への出入りは、第2ゲート側からのみとする。
- (6) 全天候走路であるため、スパイクのピンの長さは9mm以下とする。ただし、走高跳は12mm以下とする。また、スパイクピンの本数は11本以内とする。

3 競技者の招集について

- (1) 招集所は、競技場第2ゲート（1500mスタート地点）付近に設ける。**ただし、男女棒高跳及び女子円盤投については現地で招集を行う。**
- (2) 競技時間に記載されてある招集開始時刻、招集完了時刻を確認すること。
- (3) 招集の手順
 - ① 競技者は、招集開始時刻までには招集所に集合し、最終点呼を受ける。その際、競技役員にアスリートビブスとスパイク、衣類および競技場内へ持ち込む物品等の確認を受けた後、競技役員の指示に従って入場する。（携帯電話や通信機器および音楽再生機等は持ち込めない）
 - ② 招集完了時刻に遅れた競技者は、当該競技に出場できない。
- (4) 2種目を同時に出場する競技者は、あらかじめその旨を本人または代理人が競技者係に申し出る。2種目同時に出場する場合は、トラック競技を優先する。
- (5) リレー種目に出場するチームは、予選・決勝ともに**招集完了時刻の60分前**までに、オーダー用紙を競技者係まで提出する。オーダー用紙は招集所に準備する。なお、一度オーダー用紙を提出したら、その後の変更は招集完了時刻までに主催者が任命した医務員の判断がない限り認められない。
- (6) やむを得ず棄権する場合は、競技者係に申し出る。

4 競技について

- (1) スタートの合図は英語とする。不正スタートについては、1回目から失格とする。ただし四種競技においては、各レースでの不正スタートは1回のみとし、その後に不正スタートした競技者はすべて失格とする。
- (2) 予選におけるトラック競技のレーン、フィールド競技の試技順は、プログラム記載の左側の番号で表す。トラック競技の決勝については、主催者側が公平に抽選をし、その結果を番組編成表示板に掲示する。
- (3) 800mまでのトラック種目の予選は、タイムレース上位8名が決勝に進出することができる。また、男女1500mは、タイムレース決勝とし、男子3000mは決勝レースのみとする。
- (4) レーンで行う競技種目で棄権者があった場合は、そのレーンをあける。
- (5) 短距離種目では、事故防止のため、フィニッシュ後も自分に割り当てられた走路（曲走路）を走る。
- (6) リレー競技においては、チームの出場者は同一のユニフォームを着用する。ただし、同じチームであることが分かれば、ユニフォームの形式は問わない。
- (7) リレー競技のマーカーの使用は1カ所とする。使用したマーカーはそのチームで処理する。
- (8) 競技場内での跳躍、投てきの公式練習は、審判員の指示によって行う。
- (9) 走幅跳、三段跳、砲丸投、円盤投は3回の試技を行い、上位8名を決定する。上位8名の者は、さらに3回の試技を行い、順位を決定する。なお、円盤投については、出場選手数が多いため、計測ライン（男女ともに15m）を設ける。ただし、成功投てきの1投目は、必ず記録の計測を行う。
- (10) 三段跳においては、踏切板から砂場までの距離を10mとする。
- (11) フィールド競技における助力は、観客席に設けられたコーチ席（コーチングエリア）でのみ認める。また、コーチ席（コーチングエリア）近くで、競技者が競技区域の外にいる者から提供された録画再生機器を手に持ち、操作して確認することができる。なお、メインスタンドから撮影機器を手渡しすることは禁止とする。コーチングエリアでのコミュニケーションが終了したら、速やかにコーチングエリアから退出すること。
- (12) 携帯電話等の通信機器、ビデオ・デジタルカメラ等を競技場内に持ち込むことはできない。
- (13) フィールド競技における競技中の選手への水分の差し入れについては、該当競技審判員を通じて選手に手渡すことができる。

5 競技用シューズについて

- (1) WA承認リストにあるシューズを使用していることを前提に、招集所での計測を実施しない。ただし、審判長の権限により、靴底の計測を求められた場合は計測する。計測の内容としては、TR5.13.3（国内TR5.2）にある厚さ等を確認する。

6 競技場への入退場について

- (1) 競技場への入場はすべて係員の誘導による。
※ 競技開始場所においても、直前の点呼があるので勝手に行動しないこと。
- (2) トラック種目の退場は、フィニッシュライン到着後、係員の誘導によって退場する。
- (3) フィールド種目の退場は、係員の誘導に従って退場する。

7 アスリートビブスについて

- (1) アスリートビブスは指定された大きさの数字が明瞭に見えるように、ユニフォームの胸と背に確実につけること。ただし、跳躍競技の出場者は胸または背のどちらか一方でもよい。
- (2) トラック競技に出場する競技者は、腰ナンバー標識を選手招集所で受け取り、ランニングパンツの左右や後方につけること。競技終了後、フィニッシュ付近の指定された場所へ返却すること。
- (3) 男子3000mについては、別ナンバーカードを招集所で受け取り、胸と背につけること。

8 走高跳・棒高跳におけるバーの上げ方について

- (1) 走高跳・棒高跳におけるバーの上げ方は、最後の1人になるまでは次のとおりとする。

走高跳	男	146（練習）	151	156	161	166	171	174	177	以後3mごと
	女	125（練習）	130	135	140	145	148	151	154	以後3mごと
四種走高跳	男	137（練習）	140	143	146	149	152	155	158	以後3mごと
	女	117（練習）	120	123	126	129	132	135	138	以後3mごと
棒高跳	男	240（練習）	250	260	270	280	290	300	310	以後10mごと
	女	190（練習）	200	210	220	230	240	250	260	以後10mごと

- (2) 棒高跳の支柱移動は、口頭で競技役員に伝える。

9 競技用具について

- (1) 競技に使用する用具は、すべて主催者が用意したものを使用する。ただし、棒高跳用ポールについては、検査において合格したものだけに限り使用が認められる。個人所有のポールの検査は、最終点呼時に跳躍審判員が行う。
- (2) 練習用としても個人の用具を競技場に持ち込んではいならない。

10 表彰について

- (1) 個人表彰は、第1～3位の選手に賞状を授与する。
- (2) 決勝種目終了後、個人表彰の指示を中央エントランスホールで行う。
- (3) 新記録樹立者には新記録賞を授与する。

11 応援横断幕・のぼり旗、個人テントの設置について

- (1) 応援横断幕・のぼり旗の設置場所は以下のとおりとする。
 - ・応援横断幕 … バックスタンド・サイドスタンド最上段通路手すり部分（8m以内）
バックスタンド中段通路手すり部分（5m以内）
 - ・のぼり旗 … バックスタンド・サイドスタンド最上段通路手すり部分
- (2) スタンド等の通路をさえぎる状態での設置はしないこと。
- (3) 設置についてはロープ等を使用すること。（粘着テープ等の使用は禁止する。）
- (4) 個人名の入った応援横断幕・のぼり旗等は許可しない。
- (5) 本競技場内に個人テントを設置する場合は、バックスタンド及びサイドスタンド中段通路より上、または周辺道路の交通の妨げとならない場所に設置すること。

12 その他

- (1) 参加の拒否（TR4. 4. 2）については適用しない。
- (2) 抗議と上訴（TR8）については、申込書に記載のある各団体の監督または引率、コーチのみが行うことができる。それ以外は認めない。