

競 技 注 意 事 項

本大会は、2026年度日本陸上競技連盟競技規則並びに本大会申し合わせ事項によって行う。

1 練習について

練習は、補助競技場および雨天練習場（使用方法について下記参照）を原則とする。補助競技場では道具（マーカー、ミニハードル、ラダー等）を使用した練習はできない。メディシングボールについては、競技場周辺で 사용할 ことができるが、安全に注意すること。投てき競技（円盤投・やり投）の練習については、競技開始前にメイン競技場で練習することができる。練習する際には、現地の審判員の指示に従って行うこと。

なお、本大会は多目的広場が使用できないため、競技前の練習（ウォーミングアップ）は投てき種目を含めて、安全に留意して実施すること。

【練習会場】

(1) メイン競技場

- ① トラックのみ利用を認める、ただし、競技の準備を優先とする。
- ② 利用時間は、開場から競技開始30分前までとする。
- ③ 設置しているハードルを利用した練習は認めるが、ハードルの移動は認めない。
- ④ 個人の練習道具（マーカー、ミニハードル、ラダー等）を使用した練習は禁止とする。
- ⑤ レーンの使用については以下の通りである。
 - ア) 1～2レーンは周回練習のみ使用可とする。
 - イ) ホームストレート側3～5レーン、及びバックストレート側3～6レーンは短距離練習のみ使用可とする。
 - ウ) 100mH・110mHの練習はホームストレート側のみとし、100mHは6・7レーン、110mHは8・9レーンを利用すること。
 - エ) ブロックを利用した練習は、第1曲走路の7～9レーンとする。
- ⑥ 投てき種目（男女円盤投・男女やり投）については、招集完了後、現地で練習できる。

(2) 補助競技場

- ① レーンの使用については以下の通りである。
 - ア) 1～2レーンは、周回練習のみ使用可とする。
 - イ) 3～4レーンは、短距離練習のみ使用可とする。
 - ウ) ブロックを使用したスタート練習は多目的広場側直走路5～11レーンのみとする。
 - エ) 下記時間帯はハードル練習を優先とする。ハードル練習を行う場合は、多目的広場側直走路7・8レーンを100mH、10・11レーンを110mHとする。ただし、9レーンは、練習人数の多い中学ハードルを設置するレーンとして使用してもかまわない。

< 10時30分～12時30分 >

5	5	スタートダッシュ・スプリント練習
6	6	スタートダッシュ・スプリント練習
7	7	100mH (0.762m_8.00m)
8	8	100mH (0.838m_8.50m)
9	9	100mH (0.838m_8.50m) or 110mH (0.914m_9.14m)
10		110mH (0.914m_9.14m)
11		110mH (1.067m_9.14m)

- オ) 第1曲走路からバックストレートにかけて、5・6レーンはブロックを使用したスタート練習を実施してかまわない。第3曲走路で、ブロックを使用したスタート練習は認めない。
- ② 個人の練習道具（マーカー、ミニハードル、ラダー等）を使用した練習は禁止とする。
- ③ 投てき競技で、回転投法ではない砲丸投の練習は、トラック外側の砲丸投ピットで行うことができる。また、投てき物を持たない基本練習を行うことができる。なお、練習の際は係員の指示に従うこと。

(3) 雨天練習場

- ① 雨天練習場でのピストルの使用は禁止する。
- ② 雨天練習場へは、第2ゲート側の入り口より入場することができる。第3ゲートからの入退場は禁止する。
- ③ シート・マット等を敷いて独占的な使用をすることを絶対にしない。
- ④ ウォーキング・ジョギングなどペースが著しく遅いウォーミングアップまたは、動きづくり程度の練習は行ってもよいが、それ以外の練習は、他の練習会場で行うこと。
- ⑤ ウォーキング・ジョギング等は、左回りとし、逆走はしない。
- ⑥ ハードルは使用できない。
- ⑦ 個人の練習道具（マーカー、ミニハードル、ラダー等）を使用した練習は禁止とする。

2 スパイクシューズ等の制限について

全天候競技場であるため、スパイクの長さは9mm以下とする。ただし、走高跳・やり投は12mm以下とする。

3 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数字が明瞭に見えるように、ユニフォームの胸と背につけること。ただし、跳躍競技（走高跳・棒高跳・走幅跳・三段跳）に出場する選手はどちらか一方でもよい。
- (2) トラック競技に出場する選手は、主催者が準備した腰ナンバー標識を必ずパンツの右横やや後方につけること。

4 選手招集について

- (1) 選手招集場所は、第2ゲート付近とする。
- (2) 選手招集開始時刻・完了時刻は、競技時間を確認すること。
※1：円盤投・やり投は現地で招集を行う。招集時刻に注意すること。
※2：参加人数の多い種目については、段階的に招集を行う。競技時間に記載している招集開始時刻、招集完了時刻を確認すること。
- (3) 招集完了時刻に遅れた選手は棄権とみなす。
- (4) 2種目を同時に兼ねて出場する選手は、あらかじめ競技者係に申し出ること。

5 競技について

- (1) 競技順は、プログラム記載の番号順とする。
- (2) その競技をする選手以外は、トラックおよびフィールド内に立ち入ることはできない。
- (3) トラック競技において、同記録者がでた場合は、写真判定主任により写真を拡大し細部（電気時計1/1000）まで読み取り、着差の判定をする。
- (4) トラック競技のスタートについては、下記のとおりとする。
「不正スタートについては、各レースでの不正スタートは1回目からすべて失格とする。」
- (5) TR16.5（不適切行為）が認められた場合は、審判長の判断により「イエローカード」が出されることがある。同じ競技会の中で2度の規則違反があった場合は失格となる。
- (6) スターターの合図は英語とする。（「On your marks」、「Set」）
- (7) 短距離走では選手の安全のため、決勝線到着後も自分に割り当てられた走路を走ること。
- (8) 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。
- (9) 競技場内での跳躍、投てきの練習は、審判員の指示によって行う。
- (10) トラック種目はすべてタイムレース決勝とする。
- (11) フィールド種目は3回試技とする。
- (12) 選手は、携帯電話等の通信機器・ビデオ・デジタルカメラ等を競技エリア内に持ち込むことはでき

ない。コーチエリア付近（エリア指定あり）で選手に手渡して映像を見せることができる。選手が指定エリア外に機器等を持ち込むことはできない。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、速やかにコーチエリアから出ること。

- (15) 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は、競技該当審判員を通じて選手に手渡すことができる。

6 競技用具について

- (1) 競技に使用する用具は、主催者が用意したものを使わなければならない。
(2) 練習用としても、個人の用具を競技場に持ち込んで서는ならない。

7 競技場への入退場について

種目別入退場口は下記の通りとする。各ゲートへは競技場外周を利用して移動すること。

第1ゲート：第1・2コーナー付近からスタートするトラック競技

第2ゲート：投てき競技

第3ゲート：走高跳

第4ゲート：100m付近からスタートするトラック競技および走幅跳、三段跳

8 跳躍競技について

- (1) 走高跳のバーの上げ方については、下記の通りである。

		練習			
走高跳	男子	145	150～180cmまで5cm刻み	180cm以降3cm刻み	195cm以降2cm刻み
	女子	115	120～150cmまで5cm刻み	150cm以降3cm刻み	165cm以降2cm刻み

9 その他

- (1) やむを得ず棄権するときは、競技者係まで必ず届け出ること。
(2) 応急処置を要する健康上の問題が発生したときは、スタンド下の救護室に連絡すること。
(3) 更衣室については、大会受付後方スタンド内通路を入れて右側にあるので利用してもよい。
(4) 記録は、記録の掲示については、競技終了後、大型映像で表示する。競技場メインスタンド下、正面玄関付近での記録掲示は行わない。なお、記録速報を愛媛陸協HPから確認できる。