

競技者注意事項

1、規則について

本大会は、2022 日本陸上競技連盟競技規則、日本マスターズ陸上競技連合規則並びに本大会要項により実施します。

2、競技者の受付について

・8時から競技場正面玄関で開始いたします。

・競技者の受付は、競技場入口で受付票を掲示し、参加記念品を受け取って下さい。

※今回、プログラムは事前に本連盟ホームページに掲載いたしますのでご確認ください。

・競技者受付で「体調管理チェックシート」を必ずご提出ください。

・ナンバーカード（以下「アスリートビブス」）は、マスターズ会員登録番号が記載されたアスリートビブスを使用します。（各都道府県の登録番号の数字です）

なお、アスリートビブスを忘れた方は無地のカードを200円で販売しますのでマジックで記入の上、使用してください。

※マスターズ会員以外の参加者は、当日お渡ししますので「競技者受付」にお申し出ください。

下記種目のアスリートビブスは、レーンナンバーのアスリートビブスを使用します。競技者係で受け取り、フィニッシュ後、速やかに返却してください。

なお、お手持ちのマスターズ会員登録番号が記載されたアスリートビブスはレーンアスリートビブスを受け取る際に必要となりますので必ずお持ちになってください。

{男子・女子 5000m：男子・女子 3000m・男子・女子 3000m競歩}

3、競技者の招集について

(1) 競技者の招集場所は、100mスタート後方に設置します。

(2) 招集時間は、それぞれ競技開始時刻の40分前に開始し、15分前に終了します。

(3) 招集は、競技者自身で行うこととします。代理人の場合は、理由を言って下さい。他の競技と時間が重複し又は接近しているときは、他の種目も招集を済ませて下さい。

(4) レース前にレーンナンバーの腰ナンバーをつけてもらいます。

4、靴底について

靴底の最大の厚さは、2022 年度日本陸上競技連盟陸上競技規則通りとします。

トラック競技 800m未満の種目は20mm、トラック競技 800m以上の種目は25mm。（競技規則抜粋）

5、競走競技について

(1) 競技の走路順は、スタートリストの記載順とします（上から下）。

スパイクの針の長さは、9mm以内とします。

(2) 男女混合の競技を同時に行うときは、男子を外側に女子を内側に記載順に並びます。

(3) すべてタイムレースとし、順位はタイムで決めます。

(4) 中長距離走において、原則 5000mで30分、3000mで20分、3000m競歩で30分を超過したとき、競走を中止させますが、制限時間の延長や短縮は当日の進行状況を見て審判長が判断いたします。

(5) 1500m以上の競走は、オープンで行います。3000m以上の競走は1列に並びきれないときは二段スタートの場合もあります。

(6) セパレートレースを使用する競走競技では、安全のため決勝ライン通過後も他の競技者のレーンに入ってはけません。欠場者のレーンはそのまま空けておきます。

(7) 不正スタートは2回目以降の競技者はすべて失格とします。

6、記録処理方法について

ホームページ「記録処理方法」にQRコードが載っていますのでそこから読み取ってインターネット上で記録の確認をお願いいたします。リザルトリストは3密を避けるために掲示いたしません。携帯等をお持ちでない方で記録の確認をしたい場合は、近くの競技役員または大会総務でお聞きください。

7、記録証について（受取方法）

大会終了後、東京マスターズホームページに掲載いたします。ご自身でダウンロードしていただき、プリントアウトしてください。記録証の掲載期間は大会終了3日後から30日間です。

なお、PCでの印刷が難しい方や、郵送を希望する方は、角2封筒に住所、氏名を明記の上、120円切手を貼付し、「記録証郵送希望申込書」といっしょに競技者受付係にご提出ください。いただいた封筒に記録証を入れ、後日郵送いたします。（郵送には2～3週間を要しますのでご了承ください。）

8、目標タイム達成した場合について

目標タイムを達成した方に記念の「缶バッジ」を進呈いたします。申し訳ございませんが、数に限りがございますので、2種目で達成された方も1人1個でお願いいたします。

当日「本部」にお越しください。

9、事故防止について

記録や勝負にこだわり過ぎて事故に繋がらないようご注意ください。万が一身体に事故が発生した時は、本部又は医務室にご連絡ください。大会要項に記載のとおり本部では応急処置を施しますがその後の責任は負いませんので、あらかじめご了解ください。なお、主催者として傷害保険に加入しておりますが健康保険証は必ずご携帯下さい。

また、コロナ対策として競技者の皆様方には、ご不便・ご負担をおかけすることもあると思いますが、どうかご了承ください。

10、盗難防止について

ロッカー室、スタンド等での置引き等の盗難事故が必ずと言っていいほど発生しています。コインロッカーを利用し、お互いに見張り番を置くなど自衛手段を忘れないで下さい。

11、新型コロナウイルス感染予防措置について

以下の事項に該当する場合は、来場を見合わせてください。

- ・体調がよくない場合 ※例. 発熱（37.0℃以上は再検）、咳、咽頭痛などの症状がある場合。

以下の事項に該当する場合は、来場及び競技への参加を認めません。

- ・当日の体温が37.5℃以上あり、強い倦怠感と息苦しさがある場合。
- ・同居家族や身近な知人に新型コロナウイルス感染が疑われる方がいる場合。
- ・過去14日以内に政府から入国制限、入国後の観察期間を必要とされている国、地域等への渡航または当該 在住者との濃厚接触がある場合。

12、競技場使用の注意事項

- ・競技場外でのウォーミングアップは一切禁止とします。
- ・自販機横のゴミ箱に紙くずなどを捨てないで下さい。ゴミはお持ち帰りください。
- ・点字ブロックを塞ぐ行為は一切禁止です。
- ・スタンド、室内でスパイクを履かないでください。
- ・荷物の積み下ろしは、短時間であっても駐車場を使用してください。
- ・敷地内は禁煙ですので、ご協力ください。