

# 競技者注意事項

## 1、規則について

本大会は、2024 日本陸上競技連盟競技規則、日本マスタース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

- ・競技開始は、「9時30分」、競技場の開場時間は「8時00分」です。  
ただし、競技役員の開場も同時刻なので、開場間もない時間帯は混雑が予想されます。招集時間に合わせてのご来場につきましてご理解の上、ご了承いただけますようよろしくお願いいたします。
- ・競技者の受付は、競技場入口で受付票を提示し（スマホでも可）参加記念品を受け取って下さい。  
※今回、プログラムは作成いたしません。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。

- ・ナンバーカード（以下「アスリートビブス」）は、マスタース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500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。

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。競技者係で受け取ってください。

なお、お手持ちのマスタース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。（競技場入退場口近く）
- (2) 招集時間は、タイムテーブルの「招集完了時間」に遅れないようにしてください。
- (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) アスリートビブスは、胸、背に付けて下さい。腰ナンバーは最終コールのとき渡します。  
シールをはがし、右腰やや後方に貼り付け、貼り付けた状態で各競技のスタート付近に集合してください。（途中で外れる可能性がありますので、腿には貼らないでください。）

## 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）

なお、「競歩競技」は「競技場内で行う靴底の最大の厚さは道路競技と同じとする。」ため靴底の厚さ最大 40mmといたします。

## 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) 400mまではセパレートとし、800m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)セパレートコ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1回目より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）

記録証は当日お渡ししますので競技終了後、本部「記録証受付係」までお越しください。

## 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個をお願いいたします。

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。

## 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過去多く発生しています。

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、各種ウイルス等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各種ウイルス感染が疑われる方がいる場合。

## 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。
- ・各自のゴミ等は必ず持ち帰り、清潔保持にご協力ください。
- ・競技場の施設、備品の取り扱いには注意し、破損・損傷のないようにお願いいたします。
- ・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。

## 13、その他

- ・フィニッシュラインの前の写真判定室付近での待機は、判定に支障をきたしますのでおやめください。必ずスタンドで待機してください。