

# 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

- ・競技開始は、トラック・フィールドとも「13時30分」、競技場の開場時間は「9時00分」です。ただし、午前中は実技研修会が開催されています。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、参加記念品を受け取って下さい。  
今回は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タイムテーブル、スタートリスト等大会関係資料を公開いたしますので、必ずご覧ください。
- ・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。競技者係でお受け取りください。  
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ナンバー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 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出発点（競技場入退場口近く）付近に設けます。
- (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。

## 4、スパイクシューズ及び靴底について

競技場は全天候舗装のため、スパイクシューズのピンは、トラック 9mm、フィールド 12mm以下とします。これらのスパイクの直径は先端が 4mm以内、本数は 11 本以内とします。走路の保全と競技者の安全のため、WA 規則 TR5（シューズ）を厳守してください。また、競技用シューズの厚底については、WA 規則 TR5（シューズ）に記載されているフィールド（三段跳を除く）・トラック競技 800m未満の種目は 20mm、フィールド（三段跳）・トラック競技 800m以上の種目は 25mmを厳守してください。

## 5、競走競技について

- (1) トラック競技の走路順は、プログラムの記載順とします（上から下）。
- (2) 複数の年齢別競技を同時に行うときは、年齢の高いクラスを内側にします。また男女混合の競技を同時に行うときは、男子を内側に女子を外側に記載順に並びます。
- (3) 競走競技は、すべてタイムレースとし、入賞順位はタイムで決めます。但し同タイム、同順位が生じた場合は、生年月日の早い方を上位とします。
- (4) 中長距離走・競歩において、審判長は競技の進行状況をみて競走を中止させる場合があります。
- (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

ってはいけません。 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。
- (8) 決勝到着後、写真判定機の前を通り抜けないようにお願いします。
- (9) 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。
- (10) リレーは、最終走者のみ腰ナンバーを付けて下さい。

## 6、跳躍競技

- (1) 試技順は、原則としてプログラム記載順（上から下）に行います。但し高さを競う競技においては年齢の高い方から試技を行います。練習試技数は審判員の指示に従って下さい。
- (2) 複数の年齢別の競技を一緒に行う場合は、低い年齢区分からプログラム記載順に行います。
- (3) 跳躍競技のスパイクの針の長さは12mm以内とします。
- (4) 跳躍競技の試技数は、走幅跳については、競技進行上全員が3回の試技を行い順位を決定します。
- (5) 跳躍競技について1位の記録が同記録の場合は、その競技者の2番目の記録で順位を決めます。それでも決められない場合は、3番目の記録とし、以下同様にして決めます。それでも決められない場合は、生年月日の早いものを上位とします。2位以下についても同様とします。走高跳・棒高跳は1位の記録が同記録場合は、1位決定戦を行わず、生年月日の早いものを上位とする、2位以下についても同様とします。

## 7、投てき競技

- (1) 試技順は、原則としてプログラム記載順（上から下）に行います。練習試技回数は審判員の指示に従って下さい。
- (2) やり投げに使用するスパイクの針の長さは、12mm以内とします。
- (3) 試技数は、競技進行上全員が3回の試技を行い、順位を決定します。
- (5) 投てき競技において1位の記録が同記録の場合は、6の(5)に準じます。
- (6) 投てき競技の用具は、会場に準備したものを使用します。
- (7) 各投てき競技におけるクラス別用具の最小重量基準は次の通りです。

性別	クラス	砲丸・ハンマー	円盤	やり	重量
男子	M24~ M45	7,260 k g	2,0 k g	800 g	15.88 k g
	M50 M55	6,0 k g	1,5 k g	700 g	11.34 k g
	M60 M65	5,0 k g	1,0 k g	600 g	9,08 k g
	M70 M75	4,0 k g	1,0 k g	500 g	7,26 k g
	M80~	3,0 k g	1,0 k g	400 g	5,45 k g
女子	W24~ W45	4,0 k g	1,0 k g	600 g	9,08 k g
	W50 W55	3,0 k g	1,0 k g	500 g	7,26 k g
	W60~W70	3,0 k g	1,0 k g	500 g	5,45 k g
	W75~	2,0 k g	0,75 k g	400 g	5,45 k g

## 8、表彰について

- (1) 参加者全員に参加記念品を差し上げます。(競技者受付にてお受け取りください。)
- (2) 記録証を完走者全員にお渡しいたします。(当日大会本部にて配布)
- (3) 「自己記録」を更新した方には「缶バッジ」を贈呈いたします。

競技終了後、大会本部までお越しください。

## 9、記録処理方法及び記録証受取方法について

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。リザルトリストは混雑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。

#### 10、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。

#### 11、盗難防止、その他について

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。

ゴミの持ち帰りのご協力、近隣へのご配慮また違法駐車をされないようお願いいたします。