

# 競技日程

※記載の招集開始時間には招集所に集合し、受付を完了すること。

	開場時間	受付開始	審判会議	チーム代表会議(TCM)	競技場内練習終了	開始式	競技開始	競技終了	競技場借用
4月23日(土)	7時00分	8時00分	審判全体会議 8時15分	8時45分	9時20分	9時30分	10時00分	16時30分	17時30分
4月24日(日)	7時00分	7時30分	審判主任会議 7時45分		8時50分		9時30分	16時30分	17時30分

※審判会議=雨天走路 TCM=トレーニングルーム

## 【第1日目4月23日(土)】

### トラック競技

順	競技開始	招集開始	招集完了	クラス/種目	ラウンド	組	人数	通過基準他
1	10:00	9:30	9:40	男子4x100mR	予	7	55	3着+3
2	10:35	10:05	10:15	男子5000mW	決	1	14	男女同走
				女子5000mW	決	1	9	グループスタート
3	11:15	10:45	10:55	女子200m	予	5	39	1着+3
4	11:30	11:00	11:10	男子200m	予	7	63	1着+1
5	12:05	11:35	11:45	女子400mH	予	3	23	2着+2
6	12:25	11:55	12:05	男子400mH	予	4	34	1着+4
7	12:50	12:20	12:30	女子800m	予	3	26	2着+2
8	13:05	12:35	12:45	男子800m	予	6	60	1着+2
9	13:35	13:05	13:15	女子4x100mR	予	4	35	1着+4
10	13:55	13:25	13:35	男子4x100mR	準	3	24	2着+2
11	14:15	13:45	13:55	男子3000mSC	決	1	17	
12	14:35	14:05	14:15	女子3000m	決	1	15	
13	14:55	14:25	14:35	男子200m	決	1	8	
14	15:00	14:30	14:40	男子200m	決	1	8	
15	15:10	14:40	14:50	女子400mH	決	1	8	
16	15:20	14:50	15:00	男子400mH	決	1	8	
17	15:30	15:00	15:10	女子800m	決	1	8	
18	15:35	15:05	15:15	男子800m	決	1	8	
19	15:45	15:15	15:25	男女3000m	決	1	31	グループスタート
20	16:00	15:30	15:40	男子5000m	決	1	24	グループスタート
21	16:25	15:55	16:05	女子4x100mR	決	1	8	
22	16:30	16:00	16:10	男子4x100mR	決	1	8	

### フィールド競技(跳躍)

順	競技開始	招集開始	招集完了	クラス/種目	ラウンド	組	人数	通過基準他
1	10:00	9:20	9:30	男子 走幅跳	予	A	24	6m50
1	10:00	9:20	9:30	女子 走高跳	決	1	19	
2	11:45	11:05	11:15	男子 走幅跳	予	B	24	6m50
3	12:30	11:50	12:00	男子 走高跳	決	1	30	
4	15:00	14:20	14:30	男子 走幅跳	決	1	12	

### フィールド競技(投てき)

順	競技開始	招集開始	招集完了	クラス/種目	ラウンド	組	人数	実施規格他
1	10:00	9:20	9:30	男子 円盤投	決	1	6	2.000kg
1	10:00	9:20	9:30	高男 円盤投	決	1	20	1.750kg
2	12:30	11:50	12:00	女子 円盤投	決	1	16	1.000kg
3	14:30	13:50	14:00	男子 砲丸投	決	1	4	7.260kg
3	14:30	13:50	14:00	高男 砲丸投	決	1	13	6.000kg
3	14:30	13:50	14:00	B男 砲丸投	決	1	8	5.000kg

ビデオ装置、カセットレコーダー、ラジオ  
CD、トランシーバーや携帯電話もしくは類似の  
機器を競技場内に持ち込むことはできません。

## 【第2日目4月24日(日)】

### トラック競技

順	競技開始	招集開始	招集完了	クラス/種目	ラウンド	組	人数	通過基準他
1	9:30	9:00	9:10	女子4x400mR	予	3	24	2着+2
2	10:00	9:30	9:40	男子4x400mR	予	6	42	1着+2
3	10:35	10:05	10:15	女子100m	予	7	61	2着+2
4	10:55	10:25	10:35	男子100m	予	10	85	2着+4
5	11:25	10:55	11:05	女子1500m	予	2	35	5着+2
6	11:40	11:10	11:20	男子1500m	予	3	44	3着+3
7	12:00	11:30	11:40	女子400m	予	4	30	1着+4
8	12:15	11:45	11:55	男子400m	予	5	44	1着+3
9	12:40	12:10	12:20	女子100mH	予	3	22	0.838m・2着+2
10	12:55	12:25	12:35	共男110JH	予	2	12	0.991m・3着+2
11	13:10	12:40	12:50	男子110mH	予	2	18	1.067m・3着+2
12	13:25	12:55	13:05	女子100m	準	2	16	3着+2
13	13:35	13:05	13:15	男子100m	準	3	24	2着+2
14	13:50	13:20	13:30	女子5000m	決	1	3	
15	14:15	13:45	13:55	男子10000m	決	1	8	
16	14:55	14:25	14:35	女子400m	決	1	8	
17	15:00	14:30	14:40	男子400m	決	1	8	
18	15:10	14:40	14:50	B女100mYH	決	1	6	0.762m
19	15:15	14:45	14:55	女子100mH	決	1	8	0.838m
20	15:25	14:55	15:05	共男110JH	決	1	8	0.991m
21	15:30	15:00	15:10	男子110mH	決	1	8	1.067m
22	15:40	15:10	15:20	女子100m	決	1	8	
23	15:45	15:15	15:25	男子100m	決	1	8	
24	15:55	15:25	15:35	女子1500m	決	1	12	
25	16:05	15:35	15:45	男子1500m	決	1	12	
26	16:15	15:45	15:55	女子4x400mR	決	1	8	
27	16:25	15:55	16:05	男子4x400mR	決	1	8	

### フィールド競技(跳躍)

順	競技開始	招集開始	招集完了	クラス/種目	ラウンド	組	人数	通過基準他
1	10:00	9:20	9:30	女子 走幅跳	決	1	29	
2	11:00	9:30	9:40	女子 棒高跳	決	1	9	男女同時
2	11:00	9:30	9:40	男子 棒高跳	決	1	15	
3	13:00	12:20	12:30	女子 三段跳	決	1	3	男女同時
3	13:00	12:20	12:30	男子 三段跳	決	1	32	メインA/メインB

### フィールド競技(投てき)

順	競技開始	招集開始	招集完了	クラス/種目	ラウンド	組	人数	実施規格他
1	9:30	8:50	9:00	女子 やり投	決	1	22	0.600kg
2	11:30	10:50	11:00	男子 やり投	決	1	33	0.800kg
2	11:30	10:50	11:00	女子 砲丸投	決	1	12	4.000kg
3	14:30	13:50	14:00	女子 ハンマー投	決	1	4	4.000kg
3	14:30	13:50	14:00	男子 ハンマー投	決	1	9	7.260kg
3	14:30	13:50	14:00	高男 ハンマー投	決	1	19	6.000kg

※ハンマー投は男女同時

### 競技場の使用についてお願い

開場前にスタンドでの場所取りをご遠慮下さい。  
競技会後、休憩・待機等に使用した場所の清掃を必ず行うこと。  
ゴミは、必ずお持ち帰り下さい。

# 競技注意事項

## 1. 競技規則について

本大会は2016年度日本陸連競技規則および本競技会申し合わせ事項により実施する。

## 2. TICについて：競技場正面入口1階ロビーに置き、以下の業務を行う。

- (1) 競技者受付。受付の際には、プログラムと一般競技者にはナンバーカードを配布する。
- (2) プログラムに記載ミス（氏名、フリガナ、学年、所属等）に関するプログラム訂正用紙（プログラム巻末に添付）の受付。
- (3) 競技場内での撮影許可証の発行。
- (4) 抗議・上訴の受付、クレーム、他各種問合せ、落とし物など。
- (5) プログラム販売（1冊500円）。

## 3. 招集について

- (1) 招集所は100mスタート地点付近に設ける。
- (2) 各種目の招集時刻は、競技開始時刻を基準として下記のとおりとする。

種目	トラック競技	棒高跳	棒高跳以外のフィールド競技
招集開始時刻	30分前	90分前	40分前
招集完了時刻	20分前	80分前	30分前

- (3) 招集は招集完了時刻までに招集所で競技者係の点呼を受ける。その際、ナンバーカード・スパイクピン等のチェックをする。
- (4) 代理人による招集は認めない。2種目を同時に兼ねて出場する競技者は、第1種目の招集時に競技者係に備え付けの「2種目同時出場届」を競技者係に提出すること。届け出が完了すれば、第2種目の招集を事前に受けることができる。
- (5) リレーのオーダー用紙は予選・準決勝・決勝とも招集完了時刻の60分前までに競技者係に提出すること（前ラウンドと変更が無い場合も提出すること）。
- (6) 棄権をする場合は、本人または代理人が必ず競技者係に申し出ること。招集完了時刻に遅れた競技者は当該競技を棄権したものとみなす。

## 4. ナンバーカード

- (1) ナンバーカードはそのままの大きさと胸と背部に確実に固定すること（跳躍競技については胸または背部どちらかでよい）。
- (2) 800m以上の競技者と4×400mリレーのアンカーは、腰レーンナンバー標識をパンツ右側の上部、やや後ろにつけること。さらに5000m以上の競技者は、胸と背にレーンナンバー標識をつけること。
- (3) 腰レーンナンバー標識、レーンナンバー標識は競技者係で配布し、競技終了後に返却すること。

## 5. 競技方法について

### (1) トラック競技

- ①レーン順はプログラム記載通りとする。
- ②短距離走では、競技者の安全確保のため、フィニッシュライン通過後も自分に割り当てられたレーン（曲走路）を走ること。
- ③スタートの合図は英語で行う。
- ④不正スタートは1回で失格とする。
- ⑤予選のあるトラック競技の準決勝・決勝の組合せ及びレーン順は、招集所の掲示板に発表する。
- ⑥男女100m、男子4×100mリレーについては準決勝を行う。
- ⑦本大会は、参加標準記録を設けているが、トラック長距離種目において、競技日程を著しく遅らせる可能性がある場合は、審判長の判断で競技を中止させることもある。

### (2) フィールド競技

- ①フィールド競技における競技場内での練習は、すべて競技役員の指示に従うこと。
- ②跳躍種目及びやり投の競技者は、助走路の外側（走高跳は助走路内）に競技者が用意した規定のマーカを2個まで置くことができる。また、砲丸投・円盤投・ハンマー投についてはサークル直後あるいはサークルに接して、主催者が用意したマーカを1つだけ置くことができる。これらのその撤去は使用した競技者が責任をもって行うこと。

# 競技注意事項

- ③棒高跳の競技者は、希望するアップライト位置を競技者係備え付けのアップライト申告書に記入し、競技者係に提出する。その後、位置を変更したい場合は跳躍審判員に申し出ること。
- ④走高跳、棒高跳のバーの上げ方は、優勝が決まって最後の1人となるまでは以下のとおりとする。ただし、天候等の状況により練習の高さを含め変更することもある。

種目	練習の高さ	1	2	3	4	5	6	…
男子走高跳	1m70/1m90	1m75	1m80	1m85	1m90	1m95	1m98	以後 3cm
女子走高跳	1m40/1m60	1m45	1m50	1m55	1m60	1m65	1m68	ずつ
男子棒高跳	3m10/3m80/4m20	3m20	3m40	3m60	3m80	4m00	4m10	以後 10cm
女子棒高跳	1m90/2m60/3m00	2m00	2m20	2m40	2m60	2m70	2m80	ずつ

第1位決定のためのバーの上げ下げは、走高跳2cm、棒高跳は5cmとする。

- ⑤男子走幅跳の予選通過記録は以下のとおりとする。予選通過者が12名に達しなかった場合は、それ以外の予選記録上位者を加え、12名で決勝を行うものとする。

男子走幅跳・・・6 m 5 0

- ⑥三段跳の踏切板は、砂場から男子12m、女子9mの地点に設置する。ただし、天候等の状況により変更することがある。
- ⑦ウォーミングアップでの投てき練習は投てき練習場で行い、競技開始前の種目に限り、概ね競技開始2時間前より行うことができる。

## (3) リレー競技

4×100mリレーの競技者は、自らが用意した大きさが最大50mm×400mmの粘着テープを1箇所、自らのレーン内に貼ることが許される。それ以外のマーカの使用は認められない。その撤去は使用したチームが責任をもって行うこと。

## (4) 抗議と上訴

競技会進行中に起きた競技者の行為、または順位に関する抗議は、正式結果が発表されてから30分以内（次のラウンドがある場合は15分以内）に、その種目に出場した競技者自身または代理人が「T I C（競技者案内所）」まで申し出る。審判長はその抗議を裁定することも上訴することもできる。上訴の手続きは、「上訴申立書」に預託金（1万円）を添え、「T I C（競技者案内所）」まで申し出ること。

## (5) 助力

- ①競技者が競技場所を離れる場合は、競技役員に申し出なければならない。
- ②ビデオ装置、カセットレコーダー、ラジオ、CD、トランシーバーや携帯電話もしくは類似の機器を競技場内に持ち込むことはできない。
- ③コーチ等からの助言は競技場区域外（スタンド）のみとし、コーチングエリアは設けない。その際、そこで録画した映像を見せることは助力にはならないが、録画した機材（スマートフォン・ビデオカメラ等）を競技区域内にいる競技者が手に持って見た場合は助力とみなし、該当の競技者は失格の対象となる。

## 6. 表彰について

- (1)各種目優勝者にはメダルと賞状、第2位から第8位には賞状を授与する。
- (2)第8位までの入賞者は表彰を行うので、競技終了後、速やかに表彰者待機場所に集合すること。

## 7. その他

- (1)競技で使用する用器具はすべて主催者が準備したものを使用しなければならない。ただし、棒高跳用ポールは、個人所有のものを使用できる。
- (2)スパイクピンの長さは、9mm以内とし、走高跳・やり投は12mm以内とする。
- (3)競技場に商品名のついた衣類、バッグを持ちこむ場合は日本陸連「競技会における広告および展示物に関する規程」に順守すること。
- (4)本年度は、第59回東海陸上競技選手権大会の予選会を7月に開催する第69回長野県陸上競技選手権大会とする。