

# 第 57 回長野県中学校総合体育大会夏季大会

## 陸上競技東信地区予選会開催要項

- 1 趣旨 中学生の心身の健全な発達と競技力の向上を目指すとともに、東信地区生徒の交流を図る。
- 2 主催 東信地区中学校体育連盟 佐久市陸上競技協会  
東信地区各市町村教育委員会連絡協議会 佐久市教育委員会
- 3 主管 東信地区中学校体育連盟陸上競技専門部 東信陸上競技協会
- 4 後援 東信地区陸上競技協会
- 5 日時 平成30年5月26日(土) 雨天決行、開会式8時15分、競技開始9時00分(予定)
- 6 会場 佐久総合運動公園 陸上競技場(佐久市平賀3011番地)
- 7 競技種目 ※は、県単独種目のため、北信越大会、全国大会では実施されない。

### (1) 男子(18種目)

- ① 1年 100m 1500m ※走幅跳
- ② 2年 100m
- ③ 3年 100m
- ④ 2, 3年共通 1500m 走幅跳
- ⑤ 1, 2, 3年共通 200m 400m 800m 3000m 110mH  
走高跳 棒高跳 砲丸投  
四種競技〔①110mH②砲丸投③走高跳④400m〕
- ⑥ ※低学年リレー(1, 2年)4×100m  
4人中、2年生は0～2名で編成。登録6名の1, 2年生の構成は自由。
- ⑦ 共通リレー(1, 2, 3年)4×100m  
低学年リレーと兼ねることはできない。一方のリレーメンバーにエントリーされている選手は、もう一方のリレーには出場できない。

### (2) 女子(15種目)

- ① 1年 100m ※走幅跳
- ② 2年 100m
- ③ 3年 100m
- ④ 2, 3年共通 走幅跳
- ⑤ 1, 2, 3年共通 200m 800m 1500m 100mH  
走高跳 砲丸投 ※棒高跳  
四種競技〔①100mH②走高跳③砲丸投④200m〕
- ⑥ ※低学年リレー(1, 2年)4×100m  
4人中、2年生は0～2名の編成。登録6名の1, 2年生の構成は自由。
- ⑦ 共通リレー(1, 2, 3年)4×100m  
低学年リレーと兼ねることはできない。一方のリレーメンバーにエントリーされている選手は、もう一方のリレーには出場できない。

### [備考]

- (1) ハードルは次の規格で行う。

男子110mH 高さ0.914m 個数10台 インターバル13.72m-9.14m-14.02m

女子100mH 高さ0.762m 個数10台 インターバル13.00m-8.00m-15.00m

- (2) 砲丸投の砲丸は、男子5.000kg、女子2.721kgを使用する。ただし、男子四種競技の砲丸は4.000kgを使用する(競技場備えつけのもの)。

- 8 参加資格 全国中体連に加盟する東信地区中学校生徒で学校長が参加を認めた者。

### 9 参加制限

- (1) 参加は一人1種目(リレーは除く)

- (2) 個人種目の出場総数は、男子・女子の合計で35名以内とする。(リレーのみの競技者は総数に数えない)

- (3) 男女各同一種目で2名まで出場できる。ただし、1, 2, 3年共通種目は3名まで出場できる。(北信越大会は、1校1種目2名までを推薦する。)

男子共通種目は、200m、400m、800m、3000m、110mH、走高跳、棒高跳、砲丸投、四種競技。

女子共通種目は、200m、800m、1500m、100mH、走高跳、棒高跳、砲丸投、四種競技。

(4) リレーは各種目一校1チームとする。

(5) 申込み後の選手の交替、種目変更は原則として認めない。ただし、故障者に限り診断書を用意して5月25日(金)午後5時までに、東信地区陸上競技専門部副部長跡部(上田第一中)へ電話連絡する。

10 競技規則 2018年度日本陸上競技連盟競技規則及び本大会要項による。

#### 11 競技細則

(1) トラック競技予選の走路順及びフィールド競技の試技順序は、プログラム記載順で上段から下段へ、以下順に右へ移る。トラック競技決勝のレーン順は公正抽選の上決める。

(2) 招集完了時刻は、トラック種目がプログラム記載競技開始時刻の25分前から20分前の5分間、フィールド種目がプログラム記載競技開始時刻の45分前から40分前の5分間とする。棒高跳はプログラム記載の65分前から60分前の5分間とする。このときナンバーカード、スパイクのチェックを受ける。以上の招集を受けない者は欠場とみなし、出場を認めない。四種競技は、最初の種目と最終種目は招集所で招集を行い、次の種目からは30分前に直接競技場所に集まる。リレーの招集で他の種目に出ている選手がいる場合は、招集時に他のメンバーが申し出ること。

(3) 400m以下の種目はセパレートレーン、1500m以上の種目はオープンレーンで行う。800mはスタートから第2コーナーまではセパレートレーン、それ以降オープンレーンとなる。参加人数によってはスタートからオープンレーンで実施する可能性もある。また、800m以上のトラック種目は腰ナンバー、3000mでは腰ナンバーに加え、胸と背に通しナンバーカードを着用する。

(4) トラック競技での決勝進出者が8名をこえる場合は、日本陸上競技連盟競技規則第167条を適用する。

(5) 跳躍競技のバーの上げ方は次の通りとする。

① 走高跳のバーの上げ方は次による。

男子・・・練習1m30 1m35・40・45・50・55・60・65・68・・・以降3cmずつ

女子・・・練習1m15 1m20・25・30・35・40・45・48・・・・・・以降3cmずつ  
1位決定の場合は、2cmの上げ下げとする。

② 四種競技の走高跳のバーの上げ方は次による。

男子・・・練習1m25 1m30・35・40・45・50・55・60・63・・・・以降3cmずつ  
練習1m40

女子・・・練習1m10 1m10・15・20・25・30・33・・・・・・以降3cmずつ  
練習1m25(状況により1m40)

③ 棒高跳のバーの上げ方は次による。ただし当日変更もありうる。

男子・・・練習1m80 1m90・2m00・2m10・20・・・・・・以降10cmずつ

女子・・・練習1m60 1m70・80・90・2m00・・・・・・以降10cmずつ  
1位決定の場合は5cmの上げ下げとする。

(6) 競技場は全天候走路であるので、スパイクは9mm以下のものを使用すること。なお走高跳は12mmまで使用できる。

(7) ナンバーは4カ所を正確に止め、胸と背に固定する。ただし、走高跳、走幅跳、棒高跳への出場者のナンバーは、胸・背どちらかだけでもよい。なお、招集所へはナンバーカードをユニフォームにつけてくること。

(8) 四種競技を除いて、不正スタートの責任を有する競技者は1回で失格とする。四種競技においては、各レースでの不正スタートは1回のみとし、その後不正スタートした競技者は、すべて失格とする。また「位置について」は「on your marks」、「用意」は「set」と言う。

(9) 競技規則第162条5(C)「スタートにおける警告」に関する2018年度改正ルールは適用せず、注意にとどめます。詳しくは別紙「2018年度競技規則修改のポイント」を参照ください。

12 表彰 各種目の8位まで(リレーはメンバー全員)に賞状を贈る。

#### 13 申込方法

(1) 申込一覧表のデータ送信

長野陸上競技協会ホームページの「競技日程」ページからエントリーファイルを手取りし、エントリー全般についての注意事項をよく読んで、必要事項を入力の上、同「エントリーセンター」から送信してください。なお、送信されたデータを用いてプログラム編成を行いますので、参考記録を必ず入力してください。締め切りは、**5月9日(水)17時まで**とします。プログラム編成までの期日(5月10日(木)実施)が迫っております。締切厳守にてご協力ください。なお、各学校のナンバーカード割りは長野県中体連陸上競技部ホームページからご確認ください。

### 【注意】

エントリーセンターから返信メールが届かない場合、そのエントリーは保証されません。返信が確認できない場合や、ファイルの入手・送信ができない場合は、必ず下記宛ご連絡ください。

問い合わせ先：長野陸上競技協会 葛城光一（携帯電話 090-2157-8980）

#### (2) 申込一覧表

エントリーセンターから送信したデータ（個人種目申込一覧表とリレー申込票）をプリントアウトし、職印を押印したものを、FAXにて東信地区専門部副部長（上田第一中 跡部定一：FAX 0268-21-2681）へ提出してください。**5月9日（水）17時必着**をお願いします。

締切厳守にてご協力ください。なお、申込一覧表の原本は、プログラム代および参加費とともに大会当日受付に提出してください。

- (3) 各学校の責任者は、参加選手分のプログラム代（1名400円）を大会当日の朝に受付にて納付する。  
なお、リレーのみ出場する選手および当日欠席する選手も、プログラム代と参加費を納付する。

以上より、送付および提出する資料等の確認（プログラム編成作業に多大な時間を要するため、締切厳守でお願いいたします。締切日を過ぎたエントリーは受け付けません。）

5月9日（水）	各学校は、 <b>上田第五中学校 細田先生</b> へ、競技役員報告（別紙）を提出（下記参照）
5月9日（水）17時まで	申込一覧表のデータ送信
5月9日（水）17時まで	申込一覧表（職印を押印）をファックスにて提出
5月26日（土）大会当日の朝	プログラム代（1名400円）を受付に提出 申込一覧表（原本）を受付に提出

#### ホームページURL

長野県中体連陸上競技部 HP <https://sites.google.com/site/naganojhtrackandfield/>

長野陸上競技協会 HP <http://nagano-rk.com/>

※大会に関する情報等が掲載されますので定期的にご確認ください。

#### 14 その他

- (1) 各種目上位8位（リレーチーム上位8位）は県大会の出場権を得る。同記録や同順位により8位となる競技者が多数となった場合は、該当するすべての競技者に県大会への出場権を与える。
- (2) 県大会への申込は「陸上競技大会要項」による。県大会出場辞退者が出た場合は、繰り上げ出場を認めることがある。辞退者が出た学校は、速やかに上田第一中・跡部まで連絡をすること。
- (3) 全国中学大会へは、県大会、通信陸上大会及び混成競技大会において参加標準記録に到達した選手が出場できる。
- (4) 北信越大会は8月8日に石川県金沢市（西部緑地公園陸上競技場）で、全国中学大会は8月18日～21日に岡山県岡山市（岡山県総合グランド陸上競技場）で開催される。
- (5) ジュニアオリンピック大会（10月12日～14日、神奈川・日産スタジアム）には、各種目とも標準記録に到達したもの及び、県陸協から推薦されたものが出場できる。
- (6) 開会式を行うので、静粛に参加する。その際、校名旗、または校旗とポールを持参する。
- (7) テントは各校持参すること。なお、芝を痛めないようにテントは小さな杭、重石で固定し、風が強い場合は安全に配慮し、設営を避ける。
- (8) 駐車場に関して別紙の通り各校で配慮していただき、大会事務局に苦情等がこないよう、ご協力ください。
- (9) 選手受付は、7時30分から正面入口付近で行う。（予定）
- (10) 練習場所は補助競技場とする。なお、砲丸投の練習は、危険防止のため、必ず先生の指導下で行う。
- (11) 走高跳（四種も含む）と棒高跳は、危険防止のため、十分練習を積ませて出場させる。
- (12) リレーの際に使用するダッシュライン用テープ（50mm×200mm以内のものを1カ所のみ）は、各校で用意する。また、リレー終了後、使用したテープは、前走者が剥がして持ち帰るなど、必ず各校で片付ける。
- (13) リレーのユニフォームは、原則各校統一のものを用意する。

(14) 競技時は携帯電話の持ち込み禁止となっている。持ち込んだ場合は失格となる。

(15) 申込一覧表には監督の携帯電話番号を書いていただく欄がありますので、ご記入をお願いします。申し込み時に不明な点があった際に確認をするためです。

#### 15 申込方法について（補足）

- (1) 大会要項は、今年度も配布しません。長野県中体連陸上競技部ホームページよりご確認ください。
- (2) 申込一覧表（長野陸上競技協会 HP 参照）に割り振った各選手のナンバー（ナンバーカード割りは、長野県中体連陸上競技協会 HP 参照）は、中学校卒業まで変更しないようにお願いします。県混成大会、県大会、通信大会、新人大会まで**同一のナンバーにて申し込んでください**。また、遅い時期に新たに入部した選手は、チーム内で重複しないように長野陸協（日本陸連）へ登録し、その後エントリーしてください。
- (3) 中体連主催の大会（各地区大会・混成大会・県大会・通信大会・新人大会）の他に、長野陸上競技協会（略：長野陸協）主催の大会（県春季大会・国体予選・県選手権大会・国体強化記録会・地区陸協主催大会など）及び県外大会（国体・ジュニアオリンピック・東海選手権・千葉クロカンなど）に参加する場合は、中学生でも**長野陸協（日本陸連）登録が必要**となります。長野陸協ホームページの中学生選手登録に沿って登録を進めてください。
- (4) 要項熟読の上、申し込みをしていただきますようご協力をお願いいたします。なお、この件に関してのお問い合わせは、上田第一中・跡部までお願いします。

東信地区中学校体育連盟陸上競技専門部副部長	
上田市立第一中学校 跡部 定一	
学校 TEL	0268-21-2680
学校 FAX	0268-21-2681
携帯電話	090-4663-9788

# 陸上競技 東信大会 競技役員報告

日付 平成30(2018)年 月 日

送信先: 上田市立第五中学校

陸上競技専門委員 細田和生様

発信元: \_\_\_\_\_ 中学校 記入責任者 \_\_\_\_\_

FAX

TEL

## ●件名: 東信地区中学校陸上競技大会競技役員について

お名前	希望の部署(特になければ一任でお願いします)		審判資格の有無
	1	2	
	1	2	

主な部署名

記録員 情報処理員 ウォーミングアップ場係 競技者係 風力計測員

用器具係 写真判定員 監察員 出発係 周回記録員 跳躍審判員

投擲審判員 スターター

### 【発信者用確認事項】

審判割り当て人数に添って、役員を選出を頂きますよう。宜しくお  
致します。5月9日(水)の17時までに、審判編成担当、上田市立第  
五中学校細田和生先生まで報告をお願いします。(プロ編時の作業効率  
を上げたいため、一応〆切り9日にしますが、できるだけ早くご提出く  
ださい。)

## 中体連長野県大会陸上競技(東信地区予選) 申し込み方法 (確認)

5月9日(水) 5時までに「エントリーファイル」を送付してください。

### (1) エントリーファイルの入手方法

- ①長野陸上競技協会HP <http://nagano-rk.com> から入手

### (2) エントリーファイル入力について

- ① 「使用方法」シートを、ご覧いただき正しく入力してください。
- ② まず始めに選手データシートに選手のデータ(ナンバー、氏名、学年)を入力してから、個人種目申込一覧表シートで性別とナンバーを入力すると、選手データから氏名、桁、学年データが自動入力されます。
- ③ 「個人種目申込一覧表」シートの上には、学校名等基本情報を入力してください。「学校コード一覧シート」をご覧いただき、学校コード番号を入力すると、学校名、住所、電話番号等が自動入力されます。学校長氏名、監督氏名、審判希望部署等の情報は、ご自分で入力をお願いします。
- ④ データによるプログラム編成を行いますので、参考記録(最高記録/目標記録)を必ず入力してください。ピリオドなど一切用いずにトラック種目は1/100秒まで、フィールドはcmまでを記入してください。(例:12秒57 → 1257, 4m85 → 485) 記入例にあるように、400m以上も分表示です。  
400mで1分02秒51の場合は、10251となります(6251× → 10251○)  
800mで2分25秒68の場合は、22568となります(14568× → 22568○)  
1500mで5分04秒21の場合は、50421となります(30421× → 50421○)
- ⑤ 原則として色のセル範囲は入力(選択)必須事項です。必ず記入してください。
- ⑥ リレーのみ出場する選手も個人種目申込一覧表へ入力してください。
- ⑦ 氏名欄は、姓と名の間に空白1つ(全角)、フリガナ欄は、姓と名の間に空白1つ(必ず半角で)をいれてください。
- ⑧ ファイル名については、(大会略号)\_entryfile となっているので、entryfileの部分で中学校名に変えてください。(例:川中島中 → 13tyugaku\_entry を 13tyugaku\_川中島に変更 … 校名は必ず漢字で、「中」はつけないようにしてください。)  
※シートの削除・挿入などはしないでください。

### (3) 送付方法

エントリーセンターに送付

長野陸上競技協会HP <http://nagano-rk.com> の「長野陸協エントリーセンター」に入り指示に従って送付してください。

### (4) エントリーの確認

エントリーセンターに送付することで、必ずすぐに自動送信で「確認メール」が送付されます。メールが届かないときには、再度別のメールアドレスを使って送付してみてください。(迷惑メールのフォルダに入っていることもあります。)

### (5) 一覧表提出とプログラム代について

「個人種目申込一覧表」シートは、そのまま印刷し、校長先生の職印をもらい、FAXで東信地区専門部副部長(上田第一中 跡部定一: FAX0268-21-2681)に5月9日(水)17時までに送付してください。原本はプログラム代とともに大会当日受付に提出してください。