

中信地区内各中学校長 様
陸上競技部顧問 様

中信地区市町村各教育委員会
中信地区中学校体育連盟

会 長 北沢 猛史^{公印略}

第57回長野県中学校総合体育大会夏季大会陸上競技中信大会 兼第68回中信地区中学校陸上競技大会 要項

上記の大会を下記により実施いたしますので、多数の参加を期待しご通知申し上げます。

記

1. 主 催 中信地区各市町村教育委員会 中信地区中学校体育連盟 松本市陸上競技協会
2. 主 管 松本市陸上競技協会 中信中学校体育連盟 中信陸上競技協会
3. 後 援 長野県教育委員会 中信地区各市町村教育委員会 中信地区各市町村教育委員会連絡協議会
中信地区各郡市陸上競技協会
4. 期 日 2018(平成30)年6月2日(土) 午前8時20分開始式 8時45分競技開始 雨天決行
5. 会 場 松本平広域公園陸上競技場

6. 競技種目

(1) 男子(18種目)

1年のみ	100m 1500m ※走幅跳(県大会までの種目です)
2年のみ	100m
3年のみ	100m
2, 3年共通	1500m 走幅跳
1, 2, 3年共通	200m 400m 800m 3000m 110mH 走高跳 棒高跳 砲丸投(5.000kg) 四種競技(①110mH ②砲丸投(4.000kg) ③走高跳 ④400m)
低学年(1, 2年のみ)	4×100mリレー(2年は2名以内と1年生で構成する。オーダー(走る順番)は自由。登録は各学年の人数は問わない) ※県大会までの種目です。
1, 2, 3年共通	4×100mリレー(低学年4×100mリレーのエントリー、出場と兼ねてはいけない)

(2) 女子(15種目)

1年のみ	100m ※走幅跳(県大会までの種目です)
2年のみ	100m
3年のみ	100m
2, 3年共通	走幅跳
1, 2, 3年共通	200m 800m 1500m 100mH 走高跳 砲丸投(2.721kg) ※棒高跳(県大会までの種目です) 四種競技(①100mH ②走高跳 ③砲丸投(2.721kg) ④200m)
低学年(1, 2年のみ)	4×100mリレー(2年生2名以内と1年生で構成する。オーダー(走る順番)は自由。登録は各学年の人数は問わない) ※県大会までの種目です。
1, 2, 3年共通	4×100mリレー(低学年4×100mリレーのエントリー、出場と兼ねてはいけない)

[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13.0m-8.0m-15.0m

(2) 砲丸投の砲丸は、共通男子が5.000kg、共通男子四種競技が4.000kg、女子が2.721kgを使用する。

(3) リレー種目においては、いずれか一方のリレーのみの出場とする。

7. 参加資格 全国中体連に加盟する中信地区中学校生徒で学校長が参加を認めた者。

8. 参加制限 <熟読の上、徹底のこと>

- (1) 参加は一人1種目（リレーは除く）とする。
- (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）※本年度より、男女別の人数枠がなくなり、男女の合計での数に変更になりました。
- (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 砲丸投 棒高跳 四種競技。
- (4) リレーは各種目1校1チームとする。
- (5) 申込後の選手の交替、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6月1日（金）午後5時までに、中信地区陸上競技専門委員長望月（三郷中）へ電話連絡する。

9. 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。

10. 競技細則

- (1) 招集時間は、トラック種目がプログラム記載競技開始時刻の30分前から20分前の10分間、フィールド種目がプログラム記載競技開始時刻の50分前から40分前の10分間とする。棒高跳はプログラム記載の70分前から60分前の10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、2種目、3種目めについては、30分前に直接競技場所に集まる。
- (2) 400m以下の競走競技はセパレートレーンで行う。（800mは一部セパレートレーン）
- (3) 800m・1500m・3000mについては競技開始時刻の1時間前までに招集所で通しナンバーカードを受け取る。ただし、800m・1500mは腰のみ。3000mは胸と背と腰とする。
- (4) 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・70・73…以降3cmずつ
練習1m50
女子・・・練習1m15 1m20・25・30・35・40・45・48…以降3cmずつ
練習1m35
- (5) 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 1m15・20・25・30・35・38…以降3cmずつ
練習1m25
- (6) 棒高跳のバーの上げ方は次による。
男子・・・練習2m00 2m00・20・40……………以降10cmずつ
練習2m80
女子・・・練習1m60 1m60・80・2m00……………以降10cmずつ
練習2m40
- (7) 走幅跳・砲丸投は、計測ラインを設けることもある。
- (8) スパイクのピンは、走高跳は12mm以下、その他は9mm以下のものを必ず使用すること。
- (9) ナンバーカードは4カ所を正確に止め、胸と背に固定する。折らない。ただし、跳躍競技は、背または胸のいずれか一方でよい。

11. 表彰 各種目の8位までに賞状を贈る

12. 申込方法 <熟読の上、徹底のこと>

長野陸協ホームページ (<http://nagano-rk.com/>) よりエントリーファイルをダウンロードし、必要事項を入力・記載し、エントリーセンターより送信する。5月20日(日)24時必着。(記録を必ず記入すること。プログラム編成の際、記録を参考にして編成を行います。「リレーのみ」の参加選手も忘れずに入力する。) また、申込一覧を印刷し、職印を押印した用紙を、5月21日(月)17時までにFAXにて三郷中へ送る。

※番号欄には、各中学校に割り当てられたナンバー(中体連HPにてご確認ください)を入力して下さい。2・3年生は、昨年使用したナンバーを使用して下さい。当日は必ず同じ番号のナンバーカードを持参して下さい。

パソコンでのエントリー申込は切 5月20日(日)24時必着

※期日までに到着しない場合は、不参加とみなします。FAX送信だけでは、申込は成立しません。

(申し込みの流れ)

- (1) 5月20日(日)24時 エントリーセンターへ申込み。
- (2) 5月21日(月)17時 申込一覧表を印刷し職印を押印した用紙をFAXにて三郷中学校(望月)へ送る。(FAX 0263-76-3303)
- (3) 大会当日持参し、受付にて提出するもの
 - ① 申込一覧表を印刷し、職印を押印した用紙(オリジナル)
 - ② 申込人数分のプログラム代金(1部400円)と参加費(1人100円)あわせて(500円×人数分)を持参。

※細部に関するご質問は、各地区専門委員長へお問い合わせください。

※各学校、陸上部顧問の先生を中心に1名以上の競技役員(公認審判員でなくてもよい)をお願いすることになるので、ご承知おきください。

【各地区専門委員長(問い合わせ先)】

地区名	専門委員	学校名	〒・学校住所・TEL
大北	吉岡 伸	白馬	〒399-9301 北安曇郡白馬村北城2180 TEL 0261-72-2026 FAX 0261-72-4863
安曇野	熊谷 憲	豊科北	〒399-8205 安曇野市豊科5558 TEL 0263-72-2265 FAX 0263-72-2673
塩 筑	水口伸一	塩尻 広陵	〒399-0705 塩尻市広丘堅石457-1 TEL 0263-53-3537 FAX 0263-51-1602
木 曾	今井洋平	木曾町	〒397-0002 木曾郡木曾町新開4110 TEL 0264-22-2096 FAX 0264-22-2109
松 本	荒井洋光	山辺	〒390-0221 松本市里山辺3326 TEL 0263-32-0267 FAX 0263-37-1177

13. その他

- (1) トラック競技において各レースで不正スタートした競技者はすべて失格とする。
(混成競技についてはレースの2回目以降に不正スタートを行った競技者が失格となる)
- (2) 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年度競技規則修改正のポイント」を参照してください。
- (3) 各種目上位8名(リレーチームは8チーム)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、該当する全ての競技者に県大会への出場権を与える。全日中大会及び北信越大会は全種目が対象となる。(但し、低学年リレー、1年男女走幅跳、女子棒高跳は県大会まで)
- (4) 全日中大会へは、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のみが出場できる。
- (5) 県大会への申込は県中体連ホームページ「陸上競技大会要項」による。
- (6) 北信越大会は、石川県金沢市(8/7~8)。全日中大会は岡山県岡山市(8/18~21)で開催される。
- (7) ジュニアオリンピック大会には、各種目とも標準記録に到達したものの及び、県陸協から推薦されたものが出

場できる。(期日他詳細については大会当日のプログラムを参照)

- (8) 選手宣誓は、原則として輪番として郡市中体連事務局校が行う。
2018年＝木曾、2019年＝北安、2020年＝安曇野、2021年＝塩筑、2022年＝松本
- (9) 各学校はプログラムを申込者全員購入のこと。当日受付で申込部数代金と引換にて受け取る。
(1部400円、参加校へは2部のみ無償で配布)
- (10) 選手・応援者ともに使用場所を各校の責任において必ず清掃をし、ごみは必ず持ち帰る。
- (11) 開門(7:00予定)前に柵、フェンスなどを越えてスタンド及び競技場に入らぬこと。(前日も)
※場所取りのために、選手が早く来すぎることのないように配慮をお願いします。
- (12) 開門時、慌てず、ゆっくり入ること。(門が倒れ、大変危険な状態があったため)
- (13) 選手等の携帯テントを張る際は、風で飛ばされないように、しっかりと固定する。
- (14) その他必要事項については係員の指示による。
- (15) この他の注意事項は、県中体連陸上競技部ホームページに載せていくので、確認をしてください。
- (16) 大会エントリーの際は、中体連の大会は中学校名のみ(例:長野)、陸協の大会は中も記入(例:長野中)する。

【重要】

長野県中学校体育連盟主催の陸上競技大会要項及び連絡事項は、

◇長野県中学校体育連盟陸上競技部のホームページ◇

<https://sites.google.com/site/naganojhtrackandfield/>

◇長野陸上競技協会ホームページ◇

<http://nagano-rk.com/>

に掲載いたしますので、ご確認ください。

【問い合わせ連絡先】

中信地区中学校体育連盟陸上競技専門委員長
安曇野市立三郷中学校 望月 政和
学校 電話 0263-77-2024
FAX 0263-76-3303

○第144条 競技者に対する助力

競技者間での禁止行為の追加。

⇒転倒後、立ち上がることを手助けすることは認められるが、前に進むための身体的手助けは禁止。

⇒繰り返し行われる競技者間での水・飲食物等の受渡し。(164条15、230条10、240条8)

許可される身体保護具類の追加。

⇒冷却機能付きリストバンド、携帯用酸素ボンベ等の呼吸補助具。指定場所で渡される(または審判長が認めた場合の)帽子、手袋、靴や衣類が追加された。

○第162条5 スタート時の不適切行為の扱いについて

不適切行為に関わる文言が追加 いわゆる“ピクつき動作”は警告の対象になる場合も。

⇒スタート時の不適切行為として、3つが示されている。(今回、下線部が追加された)

(a) 合図の後で正当な理由もなく手を挙げたり、クラウチングの姿勢から立ち上がったたりする。

(b) 合図に従わない、遅れることなく速やかに最終の「用意」の位置につかない。

(c) 音声や動作その他の方法で、他の競技者を妨害した。

この場合、審判長は競技者に「警告(イエローカード)を与えることができる」としている。その競技会中に(他種目であっても)警告を2回受けた場合は失格となり、その競技会に出場予定の他種目についても出場できなくなる。

日本陸連主催・共催大会(IH、全中、JOを含む)以外の競技会については、主催者がこの条項を適用するか否かを決めることができる。適用しない場合は、スタート時の不適切行為の取り扱い方法が大会要項や競技注意事項に明記されるので、それぞれ熟読した上で競技に参加すること。

○第170条3 テイクオーバーゾーン

400mRの全て、800mRとメドレーリレーの1~2、2~3走のテイクオーバーゾーンが30mに。

⇒従来の加速ゾーンを含めた30mがテイクオーバーゾーンとなる(ブルーラインがゾーン入口)。競技場検定工事までの間はトラックのラインが修正されないため、テープ等で表示される。なお、この修改正に伴い、全てのバトンパスにおいてゾーンの中から走り出さなくてはならない。

○第170条11 リレーチームの編成

オーダーは締め切り前であっても一度提出したらその後の変更は禁止。(例外として医務員の判断があれば変更可)

⇒なお、医務員の判断による変更は出場選手の変更のみ認められ、編成(走る順番)の変更は認められない(IAAFの運用に合わせた)。

○第180条17 試技時間

棒高跳を除いた4人以上または各競技者の最初の試技時間が1分⇒30秒に変更。

⇒試技時間の表は以下の通り。

《単独種目》				《混成競技》			
残っている競技者数	走高跳	棒高跳	その他	残っている競技者数	走高跳	棒高跳	その他
4人以上※	30秒	1分	30秒	4人以上※	30秒	1分	30秒
2~3人	1分30秒	2分	1分	2~3人	1分30秒	2分	1分
1人	3分	5分	—	1人または連続試技	2分	3分	2分
連続試技	2分	3分	2分	※4人以上または各競技者の最初の試技			

走高跳・棒高跳で優勝が決まり大会記録等に挑戦する場合は、定められた制限時間を1分延長。

⇒日本記録、県記録、大会記録等の場合が対象。標準記録への挑戦は対象にならない。

○第181条4 バーの上げ幅

残りの競技者が2人以上でも全員の同意があれば大会記録を超える高さにバーを上げることが可能。

⇒競技者が最後の一人になり優勝が決まるまでは「(a) バーは走高跳で2cm、棒高跳で5cmより少ない上げ方をしてはならない (b) またバーの上げ幅を増してはならない」が基本になるが、2人以上でも全員の同意があれば、この基本を適用せずに大会記録等(従来は日本記録のみ)に挑戦可能となる。

○第187条14(b) 投てき競技(回転系)の無効試技の判定

最初の回転動作を行う際に、後方のサークル外側の地面に足が触れる程度であれば無効としない。

⇒サークルに入り最初の回転動作を行う際に、サークルの両側白線より完全に後方のサークルの外側の地面に足が触れても、推進力を得ることがなければ(地面に触れる程度であれば)無効としない。

○第187条15 投てき競技 試技の中断

一度始めた試技を中断する際、競技者がサークルや助走路から出てもよい。

⇒ただし、「各投てき競技の規則に反しない限り」の条件があるので注意が必要である。

(裏面に続く)



○第 200 条 混成競技

競技者が同じ得点を取った場合は、同成績とする。

⇒従来 同得点だった場合、より多くの得点を取った種目が多い者を上位としたが、同成績に。

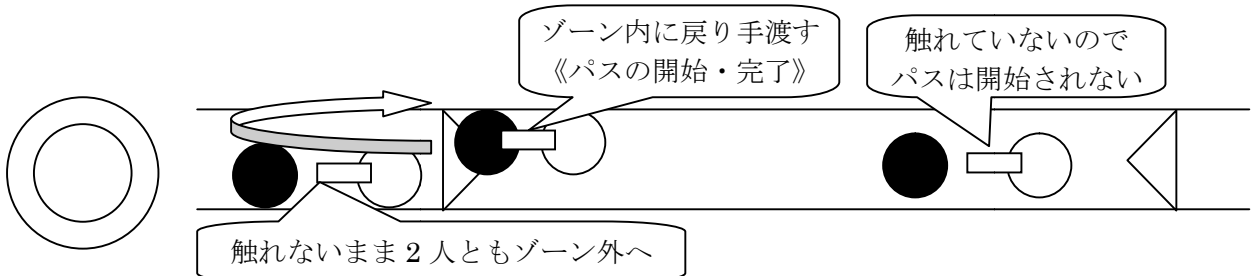
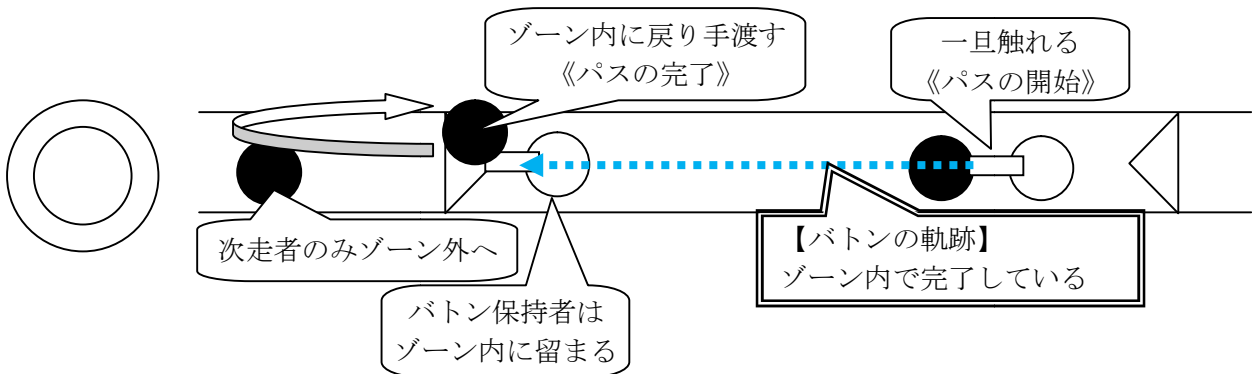
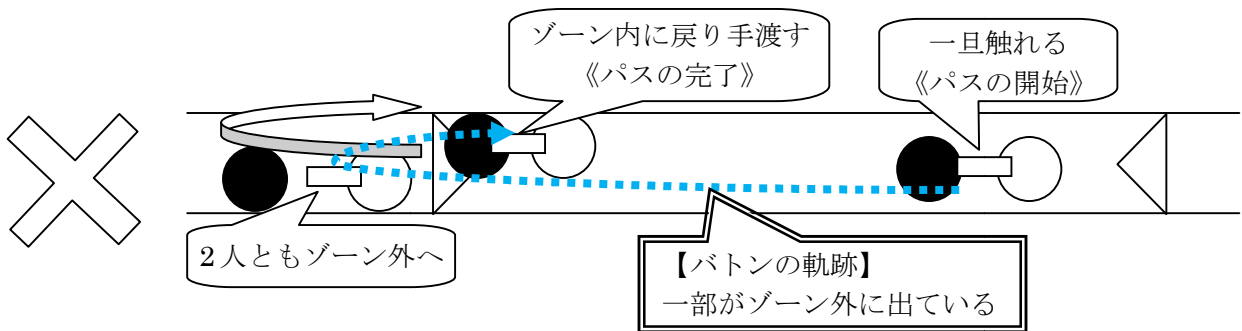
《参考：ルール解釈の確認》

○第 170 条 7 リレーにおけるバトンの受け渡し

バトンのパスは、受け取る競技者にバトンが触れた時点に始まり、受け取る競技者の手の中に完全に渡り、唯一のバトン保持者となった瞬間に成立する。それはあくまでもテイクオーバーゾーン内でのバトンの位置のみが決定的なものであり、競技者の身体的位置ではない。

⇒この条文より、「触れた時点」「唯一の保持者になった瞬間」の2点が強調されてきたが、この2点の間もバトンパスの最中と言える。したがって、この最中にテイクオーバーゾーン外に出てしまった場合も、失格の対象となるので注意が必要である。

例えば、テイクオーバーゾーン内で一旦次走者にバトンが触れたが、完全にパスが行われないうまま2人ともゾーン外に出てしまい、ゾーン内に戻ってパスを完了させた場合、今までの解釈だと「触れた時点」「唯一の保持者になった瞬間」がゾーン内であるので失格の判定にならなかったが、バトンパスの最中（開始～完了の間）にバトンがゾーン外に出ているので、失格の対象となる。



詳細については、審判講習会資料もしくは 2018 年度版陸上競技ルールブックを参照されたい。

文責：青柳 智之（日本陸上競技連盟競技運営委員・JTO／長野陸上競技協会競技運営委員長）

