

# 競技日程

競技開始:9時15分

※記載の招集完了時間までに招集所で受付を完了すること。

## トラック競技

順	競技開始	招集完了	クラス/種目	ラウンド	人数	組	備考
1	9:15	8:55	共通女子 四種100mH	①	9	1	
2	9:20	9:00	共通女子 100mH	予	14	2	タイムレース8
3	9:35	9:15	共通男子 四種110mH	①	5	1	
4	9:40	9:20	共通男子 110mH	予	12	2	タイムレース8
5	9:55	9:35	共通男子 400m	予	13	2	タイムレース8
6	10:05	9:45	共通女子 200m	予	16	2	タイムレース8
7	10:15	9:55	共通男子 200m	予	12	2	タイムレース8
8	10:25	10:05	1年女子 100m	予	28	4	タイムレース8
9	10:40	10:20	1年男子 100m	予	34	4	タイムレース8
10	10:55	10:35	2年女子 100m	予	17	2	タイムレース8
11	11:05	10:45	2年男子 100m	予	20	3	タイムレース8
12	11:20	11:00	3年女子 100m	予	12	2	タイムレース8
13	11:30	11:10	3年男子 100m	予	10	2	タイムレース8
14	11:40	11:20	2・3年男子 1500m	決	24	2	タイムレース決勝
15	12:00	11:40	1年男子 1500m	決	26	2	タイムレース決勝
16	12:20	12:00	1・2年女子 4×100mR	予	13	2	タイムレース8
17	12:30	12:10	共通女子 4×100mR	予	15	2	タイムレース8
18	12:40	12:20	共通男子 4×100mR	予	15	2	タイムレース8
19	12:55	12:35	共通女子 800m	決	24	3	タイムレース決勝
20	13:15	12:55	共通男子 800m	決	15	2	タイムレース決勝
21	13:30	13:10	共通男子 400m	決	8	1	
22	13:40	13:20	共通女子 200m	決	8	1	
23	13:45	13:25	共通男子 200m	決	8	1	
24	13:55	13:35	共通男子 110mH	決	8	1	
25	14:05	13:45	共通女子 100mH	決	8	1	
26	14:15	13:55	1年女子 100m	決	8	1	
27	14:20	14:00	1年男子 100m	決	8	1	
28	14:25	14:05	2年女子 100m	決	8	1	
29	14:30	14:10	2年男子 100m	決	8	1	
30	14:35	14:15	3年女子 100m	決	8	1	
31	14:40	14:20	3年男子 100m	決	8	1	
32	14:50	14:30	共通女子 四種200m	④	9	1	
33	15:00	14:40	共通男子 四種400m	④	5	1	
34	15:05	14:45	共通女子 1500m	決	16	1	
35	15:15	14:55	共通男子 3000m	決	14	1	
36	15:35	15:15	1・2年女子 4×100mR	決	8	1	
37	15:40	15:20	1・2年男子 4×100mR	決	9	1	
38	15:45	15:25	共通女子 4×100mR	決	8	1	
39	15:50	15:30	共通男子 4×100mR	決	8	1	

## フィールド競技 (跳躍)

順	競技開始	招集完了	クラス/種目	ラウンド	人数	組	備考
1	9:20	8:50	共通男子 走高跳	決	6	1	
2	9:30	9:00	2・3年男子 走幅跳	決	18	1	Cピット
			1年女子 走幅跳	決	18	1	Bピット
3	10:00	9:00	共通男女 棒高跳	決	6・7	1	
4	11:00	10:30	共通女子 四種走高跳	②	9	1	
5	12:45	12:15	共通男子 四種走高跳	③	5	1	
6	13:00	12:30	2・3年女子 走幅跳	決	18	1	Cピット
			1年男子 走幅跳	決	17	1	Bピット
7	14:15	13:45	共通女子 走高跳	決	10	1	

## フィールド競技 (投てき)

順	競技開始	招集完了	クラス/種目	ラウンド	人数	組	備考
1	9:25	8:55	共通女子 砲丸投	決	22	1	2.721kg
2	11:00	10:30	共通男子 四種砲丸投	②	5	1	4.000kg
3	13:00	12:30	共通女子 四種砲丸投	③	9	1	2.721kg
4	14:15	13:45	共通男子 砲丸投	決	14	1	5.000kg

※トラック競技、フィールド競技とも招集開始時刻は招集完了時刻の10分前とする。

開場時刻	役員・生徒役員 集合	役員・監督 打ち合わせ	受付	公式アナウ ス開始	選手役員 整列開始	開始式	競技開始	競技終了
7:00	7:30	7:35~7:45	8:00~8:20	8:15	8:20	8:30~8:40	9:00	15:50

※競技終了後、閉会式を行います。指示に従い整列をお願いします。また、閉会式終了後、緑石の片付け及び会場の美化活動を行います。

## 学校別参加者一覧

地区	No.	学校名	参加人数			プロ数	学校割り当てナンバーカード	
			男子	女子	合計			
佐久地区	1	川上	1	2	3	3	4000	～ 4009
	2	南牧	9	4	13	13	4010	～ 4019
	3	小海	10	0	10	10	4020	～ 4029
	4	佐久穂	5	2	7	7	4030	～ 4059
	5	臼田	3	4	7	7	4060	～ 4069
	6	野沢	25	19	44	44	4070	～ 4109
	7	中込	8	12	20	20	4110	～ 4129
	8	浅間	17	14	31	31	4130	～ 4159
	9	佐久東	13	4	17	17	4160	～ 4179
	10	望月	5	8	13	13	4180	～ 4199
	11	浅科	2	0	2	2	4200	～ 4209
	12	軽井沢	6	16	22	22	4210	～ 4249
	13	御代田	12	15	27	27	4250	～ 4279
	14	小諸東	20	11	31	31	4280	～ 4309
	15	芦原	7	9	16	16	4310	～ 4329
	16	立科	2	0	2	2	4330	～ 4349
	17	佐久長聖	6	4	10	10	4350	～ 4379
上小地区	18	北御牧	2	0	2	2	4380	～ 4389
	19	東御東部	19	16	35	35	4390	～ 4419
	20	真田	2	2	4	4	4420	～ 4429
	21	菅平	1	0	1	1	4430	～ 4459
	22	丸子	13	4	17	17	4460	～ 4489
	23	丸子北	18	6	24	24	4490	～ 4519
	24	依田窪南部	4	11	15	15	4520	～ 4539
	26	青木	4	2	6	6	4560	～ 4569
	27	塩田	1	1	2	2	4570	～ 4589
	28	上田第一	6	13	19	19	4590 8810	～ 4599 ～ 8819
	29	上田第二	5	1	6	6	4600	～ 4629
	30	上田第三	1	2	3	3	4630	～ 4639
	31	上田第四	13	20	33	33	4640	～ 4669
	32	上田第五	9	15	24	24	4670	～ 4699
	33	上田第六	4	1	5	5	4700	～ 4719
	合計			253	218	471	471	

# 競技注意事項

## 1. 競技規則について

本大会は2017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. 大会本部（TIC）について：競技場「本部席」に置き、以下の業務を行う。

- (1) 競技者受付。
- (2) プログラムの記載ミス（氏名、フリガナ、学年、所属等）に関するプログラム訂正用紙の受付。  
※午前8時30分までとする。
- (3) 抗議の受付、クレーム、他各種問合せ、落とし物など。
- (4) プログラム販売（1冊400円）。※プログラム販売はスタンド入口に設置する。

## 3. 招集について

- (1) 招集所は100mスタート地点側付近に設ける。
- (2) 各種目の招集開始時刻ならびに完了時刻は、競技日程に記載の通りとする。
- (3) 招集の際、ユニフォーム、ナンバーカード、スパイクピン、商標等のチェックをする。  
※ランニングパンツとスパッツを併用（重ね着）する際はどちらかの商標を隠す。できればランニングパンツとスパッツの併用（重ね着）は控え、どちらか一方のみの着用としたい。
- (4) 必ず本人が招集を受けることとし、代理人による招集は認めない。二種目（個人種目とリレー）を同時に兼ねて出場する競技者（ほぼ同時刻に競技が重なる可能性のある競技者）は、第一種目の招集時に競技者係に申し出ておき、フィールド競技に出場している選手がリレーに出場する場合は、現場の当該競技審判員に申し出た上で、リレーの招集時刻には招集所へ集合する。その際のフィールド競技における試技順の変更は、日本陸上競技連盟規則第142条同時申込3〔陸上競技ルールブック2017年度版：155p記載〕を適応する。
- (5) リレーオーダー用紙（プログラム巻末に貼付）は、当該種目の招集完了時刻60分前までにTICに提出する。  
※予選・決勝とも必ず提出する。
- (6) 棄権をする場合は、該当種目の招集完了時刻までに、本人または代理人が必ず競技者係に申し出る。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。
- (7) 招集が完了した選手は、競技者係の指示により競技会場へ移動する。また、競技終了後は現場の当該競技審判員の指示に従い退場する。特にトラックの横断には細心の注意を払う。

## 4. ナンバーカード

- (1) ナンバーカードは各校（各選手）で持参し、そのままの大きさと胸と背部に確実に固定する（跳躍競技については胸または背部どちらかでよい）。
- (2) 必ずプログラムに記載されたナンバー（登録ナンバーと同一）が記載されたカードを用いる。
- (3) 800m以上の競技者は、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。さらに300m以上の競技者は、胸と背にレーンナンバー標識をつける。
- (4) 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、競技終了後にフィニッシュ地点で回収する。競技の途中で棄権した場合も必ず競技者係へ返却する。

## 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の通りとする。
  - 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。
  - 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決勝の組合せ及びレーン順は、掲示板及び招集所で発表する。
  - ⑥ トラック競技での決勝進出該当者が9名以上になった場合は、日本陸連競技規則第167条〔陸上競技ルールブック2017年度版：198p-199p記載〕を適応する。
- (2) フィールド競技
  - ① 試技順はプログラム記載の通りとする。
  - ② 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。
  - ③ 跳躍種目の競技者は、助走路の外側に主催者が用意した規定のマーカーを2個まで置くことがで

きる。ただし、走高跳は競技者が準備したマーカーを助走路内に置くこととする。

④砲丸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ーを1つだけ置くことができる。これらの撤去は使用した競技者が責任をもって行う。

⑤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。

#### ○走高跳

《男子》(練習：1m30/1m60) 1m35 1m40 1m45 1m50 1m55 1m60 1m65 1m68 以後3cm

《女子》(練習：1m10/1m40) 1m15 1m20 1m25 1m30 1m35 1m40 1m45 1m48 以後3cm

#### ○四種競技(走高跳)

《男子》(練習：1m20/1m50) 1m25から1m60までは5cmずつ上げ、1m60からは3cmずつ上げる

《女子》(練習：1m05/1m35) 1m10から1m30までは5cmずつ上げ、1m30からは3cmずつ上げる

#### ○棒高跳

《男子》(練習：1m80/2m50/3m00/3m50) 最初のバーの高さは1m80とし、以降は10cmずつ上げる

《女子》(練習：1m60/2m00/2m50/3m00) 最初のバーの高さは1m60とし、以後は10cmずつ上げる

※第1位決定のためのバーの上げ下げは、走高跳2cm、棒高跳5cmとする。県総体出場のための決定戦は行わない(県総体出場枠に相当する同順位がある場合は、該当する選手全員が県総体出場権を得る)。

### (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。それ以外のマーカー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。

### (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(アナウンス)された後から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「TIC」まで申し出る。なお、本大会は Jury を置かないため、上訴は取り扱わず、抗議内容及び審判長の判断に基づき大会総務が決定する。

### (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、該当の競技者は警告され、同行為を繰り返すと失格の対象となる。

## 6. 表彰について

(1)各種目、第1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、競技結果のアナウンスから概ね10分後に表彰を行うので、速やかに待機場所へ集合し待機する。なお、入賞者が全員そろわなくても表彰式は行う。

## 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の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」に遵守すること。

(4)スタンドからの集団応援は禁止する。また、フィールド競技が行われている場合、当該種目のピットから概ね半径50メートル以内での集団応援も控える。

(5)メインスタンドでの撮影は、該当選手の関係者がその該当選手を対象にしたもののみを許可し、それ以外の撮影は一切認められない。

(6)各種目において県中学総体への出場権を得た選手の内、県総体への出場を辞退する場合は、地区大会当日もしくは辞退が判明した後できるだけ早く各地区専門委員長へ連絡する。その際は可能な限り次順位の選手を繰り上げて県総体への出場権を与える。

# 監督・会議資料

総務

## 1 競技・進行にかかわってのお願い

- (1) 招集時刻を守るように、生徒への連絡徹底をお願いします。  
プログラム記載通りのタイムテーブルで進めたいと思いますが、天候等を考慮し、競技進行に支障のない範囲で時間を早めることがあります。その場合、場内アナウンスにて連絡します。  
四種競技の招集は、最初の種目のみ招集所でおこない、第2種目以降は各競技場所へ直接集合してください。（招集完了時刻までに集合してください）
- (2) 駐車場の使用については係の指示に従ってください。
- (3) 応援マナーを守るようご指導願います。
- (4) 各校の役員・審判、生徒役員に欠席者がいる場合は必ず自校で補ってください。
- (5) 天候急変の場合、協議の上、トラック競技は予選の記録（タイム）をもって、決勝記録とする場合がありますので、ご了承ください。
- (6) プログラムの訂正は開会式が始まる前にプログラム訂正用紙に記入の上、学校受付に提出してください。
- (7) 800m、1500m、3000mは、腰ナンバー標識をつけます。また、3000mについては、通しナンバーカードを着用します。腰ナンバー標識および通しナンバーカードは、競技開始1時間前に競技者係から受け取り、ユニフォームに着用した上で招集を受け、レース終了後必ず返却してください。  
（腰ナンバー標識はレーン番号と同じとする。右側につけるようにする）
- (8) サブトラックの使用については、アップ場練習区分の図にしたがって、事故等がないように十分に注意して行ってください。

## 2 確認事項

### <競技にかかわって>

- (1) リレーの予選のオーダー用紙は監督サインの上、できるだけ朝の早いうちに（学校受付時に）提出してください。その後、リレーオーダーを変更する場合には招集開始時刻の1時間前までに招集所にリレーオーダー用紙を再提出してください。決勝進出校は予選とのメンバーの変更の有無にかかわらず招集開始時刻の1時間前までに競技者係へ提出してください。  
なお、予選、決勝ともそれ以降のメンバーの変更は、招集完了時刻までに医務員の判断がない限り認められない。

リレーに名前が記載されていなくても、他種目に出場の記載があれば、リレーに出場が可能な場合があります。その場合はリレーオーダー用紙に明記してください。ただし2名を超えてのメンバーの入れ替えはできません。また低学年は学年が該当していないと不可となります。

- (2) スタート号令は、English command (On your marks → set) となります。
- (3) フィールド競技でベスト8になったら、3回目までの記録の低い者から試技を行います。
- (4) 走幅跳は2ピット使用しますが、同一方向に跳躍をします。
- (5) フィールド内を勝手に横切らないでください。選手は競技者係の指示、または案内で移動します。
- (6) フィニッシュライン付近、本部席前を通行しないでください。（マーシャル等の審判の指示に従う）
- (7) 他の競技に出場中、リレーの出場時刻になった場合は、その旨を競技役員に申し出て、リレーに出場する許可を得てください。この場合、リレー出場のために失った試技の復活は認めません。
- (8) 本大会について、リレーのユニフォームは同一チーム内で揃わない場合についても出場を認めます。
- (9) 表彰については、結果の放送後に行いますので、入賞した選手は正面入口付近に集まるよう、ご指導ください。なお、選手が表彰に出席できない場合は、代理の生徒が表彰に行くよう、ご指導ください。

### <その他>

- (1) 会場はご厚意により本来よりも早く開場していただいています。開場時間等を守ってください。  
※開場は7：00とします。それまでの場所取りや施設の使用はご遠慮ください。
- (2) この時期の天候を考慮し、防寒対策、熱中症対策等をして生徒の体調管理をしっかりと行ってください。
- (3) 他の施設（マレットゴルフ場）へは入らないでください。
- (4) テントは必ず、くいを打ち込む等して、強風にも耐えられるよう完全に固定してください。  
（撤収時は、忘れずにくいなどを抜き、持ち帰るようにお願いします）
- (5) グラウンドに降りての応援、ビデオ、写真撮影はできません。
- (6) ハードルの設置等、役員以外の先生・生徒の皆さんのご協力をお願いします。
- (7) 競技場内のトイレの使用する場合は、駐車場側から出入りするようお願いいたします。また、スパイクのまま入ることがないようにしてください。

### 3 県大会申し込み及びその他

- (1) 本日の大会の結果、県大会への出場権を得ても辞退したいという場合には、9位以下の選手の繰り上げ出場が可能になりますので、速やかに連絡をお願いします。（6月1日までをお願いします）出場権を得た選手・チームの県大会申し込みは（長野陸協HP参照）6月13日（火）必着で上田第一中学校 跡部までお願いします。
- (2) 会場の片づけについては、全体で協力していただきますよう、よろしくをお願いします。
- (3) 本大会においては、ごみは一切持ち帰りとなっております。スポーツにとってマナーはとても大切なことだと思います。マナーを守り、全員が気持ちよく大会を終えることが出来るように、各校、選手・保護者に徹底をして下さい。