

学 校 長 様  
陸上競技担当者 様

中信地区中学校体育連盟  
会長 櫻井 隆夫

第 54 回長野県中学校総合体育大会夏季大会中信地区予選会  
兼 第 65 回中信地区中学校陸上競技大会 要項

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

記

- 1 主催 中信地区中学校体育連盟
- 2 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
- 3 協賛 信濃毎日新聞社
- 4 日時 平成 27 年 6 月 6 日 (土) 雨天決行、開始式 8 時 15 分、競技開始 8 時 50 分 (予定)
- 5 会場 松本平広域公園陸上競技場
- 6 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 1 0 0 m 1 5 0 0 m ※走幅跳
- ② 2 年 1 0 0 m
- ③ 3 年 1 0 0 m
- ④ 2, 3 年共通 1 5 0 0 m 走幅跳
- ⑤ 1, 2, 3 年共通 2 0 0 m 4 0 0 m 8 0 0 m 3 0 0 0 m 1 1 0 mH  
走高跳 棒高跳 砲丸投  
四種競技 [① 1 1 0 mH② 砲丸投③ 走高跳④ 4 0 0 m]
- ⑥ ※低学年リレー (1, 2 年) 4 × 1 0 0 m  
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 × 1 0 0 m  
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 1 0 0 m ※走幅跳
- ② 2 年 1 0 0 m
- ③ 3 年 1 0 0 m
- ④ 2, 3 年共通 走幅跳
- ⑤ 1, 2, 3 年共通 2 0 0 m 8 0 0 m 1 5 0 0 m 1 0 0 mH  
走高跳 砲丸投 ※棒高跳  
四種競技 [① 1 0 0 mH② 走高跳③ 砲丸投④ 2 0 0 m]
- ⑥ ※低学年リレー (1, 2 年) 4 × 1 0 0 m  
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 × 1 0 0 m  
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 1 1 0 mH 高さ 0.914m 個数 10 台 インターバル 13.72m-9.14m-14.02m  
女子 1 0 0 mH 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)。

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

- (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19名以内、女子16名以内とする。  
リレーのみの競技者は総数に数えない。1種目2名まで出場できる。
- (3) リレーは各種目一校1チームとする。
- (4) 申込み後の種目変更は認めない。

9 競技規則 2015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) 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) 招集完了時刻はプログラム記載競技時刻の、トラック競技は20分前、フィールド競技は30分前とする。招集に遅れた者は欠場とみなして出場を認めない。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・・・1m35・40・45・50・55・60・65・68・・・以降3cmずつ  
女子・・・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・・・1m30・35・40・45・50・55・60・63・・・以降3cmずつ  
女子・・・1m10・15・20・25・30・33・・・以降3cmずつ
  - 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・・・1m80・2m00・20・30・40・50・・・以降5cmずつ  
女子・・・1m60・70・80・90・2m00・・・以降5cmずつ  
1位決定の場合は3cm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。
- (8) 不正スタートについては、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全て失格とする。また「位置について」は「on your marks」、「用意」は「set」と言う。

11 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。

## 12 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入手し、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23日(土)24時まで**とします。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にて中信地区専門委員長（旭町中 高山智史：FAX0263-37-1176）へ提出してください。5月25日（月）午後5時必着でお願いします。なお、申込一覧表の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。

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20日（水）	各学校は、各郡市委員長へ、競技役員報告（別紙）を提出（下記参照）
5月23日（土）24時まで	申込一覧表のデータ送信
5月25日（月）午後5時まで	申込一覧表（職印を押印）をファックスにて提出

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

### 13 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、速やかに旭町中・高山まで連絡をすること。
- (3) 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。
- (4) 北信越大会は8月3日～4日に福井県で、全日中大会は8月18日～21日に北海道厚別で開催される。
- (5) ジュニアオリンピック大会（10月23日～25日、横浜）には、各種目とも標準記録に到達したものと及び、県陸協から推薦されたものが出場できる。
- (6) 選手宣誓は木曾で行い、宣誓校は原則として郡市中体連の事務局校とする。  
木曾→北安→安曇野→塩筑→松本の輪番とする。
- (7) 各学校は、選手全員分のプログラムを購入する。当日受付で申込部数代金と引換にて受け取る。リレーのみ出場選手も購入する。1部400円、参加校へは1部のみ無償とする。
- (8) 選手および応援者ともに、使用場所を各学校の責任において必ず清掃し、ごみは持ち帰る。
- (9) スタンド屋根の下の場所を必要以上に確保しないこと。節度ある使用をお願いしたい。また、雨天時は譲り合っての使用をお願いしたい。なお、前日からの場所取りは禁止とする。当日は朝7時に開場予定であるので、係の指示に従って入場する。本大会では場所取りのための抽選は行わない。
- (10) 応援などはスタンドまたは芝生スタンドに限る。それ以外の場所での応援などは、助力とみなされ、失格になる場合がある。また、スタンド最前列での応援も、他競技の進行に支障がある場合は禁止とする。特に走幅跳の競技中。
- (11) 選手受付は、7時30分から正面入口付近で行う予定です。
- (12) 練習場所は補助競技場とする（雨天の場合は雨天走路を開放する）。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。
- (13) 更衣室は、競技場のものを使用してよいが、控室や休憩室として利用することがないように指導されたい。雨天走路についても同様に控室や休憩室のように使わないようにする。
- (14) 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。
- (15) 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。
- (16) リレーのユニフォームは、各校統一のものをお願いしたい。
- (17) 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。
- (18) 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。

- (19) 5名以上参加の学校は1名、25名以上参加の学校は2名の先生方に、必ず審判を出していただきます。本要項のFAX用紙(競技役員報告)を用いて、各郡市委員長へ**5月20日(水)まで**に報告をお願いします。また、参加人数5名未満の学校や、例年複数の先生に審判をお願いしている学校にも、例年通り審判をお願いします。本年度も、各地区で大会が行われるため、審判が不足すると予想されます。ご理解の上、ご協力をお願いします。

なお、審判を行う先生は、朝、必ず審判受付(受付場所は正面入口内)を行い、各部署の審判主任の指示で解散してください。出席に際しては、筆記用具と印鑑を必ず持参してください。審判中は受付にて配布された中体連審判プレートを左胸につけるようにお願いします。服装は、原則として上衣は白、下衣はグレーを着用していただきます。

各郡市委員長は、下記の表を参照ください。

地区名	専門委員長	学校名	郵便番号・学校住所・TEL・FAX・携帯
大北	吉田幹弘	仁科台	〒398-0002 大町市大町3759 TEL0261-22-1817 FAX0261-22-0290 携帯090-7270-6480
安曇野	今村善隆	豊科北	〒399-8205 安曇野市豊科5558 TEL0263-72-2265 FAX 0263-72-2673 携帯090-3440-3925
塩筑	小川裕樹	塩尻 広陵	〒399-0705 塩尻市広丘堅石457-1 TEL0263-53-3537 FAX 0263-51-1602 携帯090-7732-2953
木曾	水川敏彦	福島	〒397-0002 木曾町新開4110 TEL0264-22-2096 FAX 0264-22-2109 携帯090-4752-9376
松本	名取 充	開成	〒390-0822 松本市神田2-7-1 TEL0263-26-1852 FAX 0263-29-0896 携帯090-6542-5661

#### 14 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) 申込一覧表で割り振った各選手のナンバーは、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のナンバーは、チーム内で重複しないように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**長野陸協登録(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) 7月4、5日に長野市営陸上競技場で開催される日本陸上競技選手権大会混成競技のサブイベントとして男女1年100m、男女2・3年100m、男女共通200m、男女共通4×100mリレーを実施します。本大会から各種目上位6名(6チーム)を推薦します。大会本部または堀金中・宮澤までご確認ください。
- (5) 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、この件に関するお問い合わせは、各郡市委員長、又は旭町中・高山までお願いします。

中信地区中学校体育連盟陸上競技専門委員長 松本市立旭町中学校 高山智史	
学校TEL	0263-32-2048
学校FAX	0263-37-1176
携帯電話	090-9761-0520

# 陸上競技 中信大会 競技役員報告

日付 平成27(2015)年 月 日

送信先: \_\_\_\_\_ 中学校 \_\_\_\_\_ 地区陸上競技専門委員長 \_\_\_\_\_ 様

発信元: \_\_\_\_\_ 中学校 記入責任者 \_\_\_\_\_

FAX

TEL

## ●件名: 中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】

参加者5名以上の学校は1名、25名以上の学校2名の方をお願いします。  
例年2名お願いしている学校には、本年度も2名の審判をお願いできれば幸いです。ご協力をお願いいたします。5月20日(水)までに、要項に記載された、各郡市専門委員まで報告をお願いします。

## 中体連長野県大会陸上競技(中信地区予選) 申し込み方法 (確認)

5月23日(土) 24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で中信地区専門委員長(旭町中 高山智史: FAX 0263-37-1176)に5月25日(月)午後5時までに送付して下さい。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。