

# 競技日程 1日目 4月17日(土)



|          | 開場時間  | 受付開始  | 審判主任会議       | 審判<br>全体会議     | 競技場内<br>練習終了 | オープニング<br>セレモニー | 競技開始  | 競技終了   | 市町村対抗駅伝<br>審判主任会議 | 競技場借用  |
|----------|-------|-------|--------------|----------------|--------------|-----------------|-------|--------|-------------------|--------|
| 4月17日(土) | 7時00分 | 7時30分 | 7時50分<br>※食堂 | 8:15<br>※フィールド | 8時55分        | 9時00分           | 9時30分 | 15時05分 | 15時30分            | 17時30分 |

## トラック

| No. | 競技開始時刻 | 会場入場時刻 | 招集完了時刻 | クラス | 種目       | ラウンド | 組数 | 人数 | 通過基準他    |
|-----|--------|--------|--------|-----|----------|------|----|----|----------|
| 1   | 9:30   | 9:10   | 9:20   | 女子  | 4×100mR  | 予    | 4  | 32 | 1着+4     |
| 2   | 9:50   | 9:30   | 9:40   | 男子  | 4×100mR  | 予    | 4  | 36 | 1着+4     |
| 3   | 10:10  | 9:50   | 10:00  | 男子  | 5000mW   | 決    | 1  | 14 |          |
| 4   | 10:50  | 10:30  | 10:40  | 女子  | 200m     | 予    | 4  | 28 | タイムレース8  |
| 5   | 11:10  | 10:50  | 11:00  | 男子  | 200m     | 予    | 5  | 41 | タイムレース8  |
| 6   | 11:35  | 11:15  | 11:25  | 男子  | 3000mSC  | 決    | 1  | 12 |          |
| 7   | 11:50  | 11:30  | 11:40  | 女子  | 3000m    | 決1組  | 1  | 14 | タイムレース決勝 |
|     | 12:05  | 11:45  | 11:55  |     |          | 決2組  | 1  | 14 |          |
| 8   | 12:25  | 12:05  | 12:15  | 男子  | 少年B3000m | 決    | 1  | 22 |          |
| 9   | 12:45  | 12:25  | 12:35  | 女子  | 400mH    | 決    | 2  | 17 | タイムレース決勝 |
| 10  | 13:00  | 12:40  | 12:50  | 男子  | 400mH    | 決    | 3  | 22 | タイムレース決勝 |
| 11  | 13:20  | 13:00  | 13:10  | 女子  | 800m     | 決    | 4  | 28 | タイムレース決勝 |
| 12  | 13:55  | 13:35  | 13:45  | 男子  | 800m     | 決    | 4  | 28 | タイムレース決勝 |
| 13  | 14:25  | 14:05  | 14:15  | 女子  | 200m     | 決    | 1  | 8  |          |
| 14  | 14:30  | 14:10  | 14:20  | 男子  | 200m     | 決    | 1  | 8  |          |
| 15  | 14:35  | 14:15  | 14:25  | 男子  | 5000m    | 決1組  | 1  | 16 | タイムレース決勝 |
|     | 14:55  | 14:35  | 14:45  |     |          | 決2組  | 1  | 15 |          |
| 16  | 15:15  | 14:55  | 15:05  | 女子  | 4×100mR  | 決    | 1  | 8  |          |
| 17  | 15:20  | 15:00  | 15:10  | 男子  | 4×100mR  | 決    | 1  | 8  |          |

## 跳躍

| No. | 競技開始時刻 | 会場入場時刻 | 招集完了時刻 | クラス | 種目  | ラウンド | 組数 | 人数 | 実施場所他 |
|-----|--------|--------|--------|-----|-----|------|----|----|-------|
| 1   | 10:20  | 9:50   | 10:00  | 女子  | 走高跳 | 決    | 1  | 20 | Bゾーン  |
| 2   | 10:40  | 10:10  | 10:20  | 男子  | 走幅跳 | 決    | 1  | 20 | メイン   |
| 3   | 13:00  | 12:30  | 12:40  | 男子  | 走高跳 | 決    | 1  | 18 | Bゾーン  |
| 4   | 13:30  | 13:00  | 13:10  | 女子  | 三段跳 | 決    | 1  | 11 | メイン   |

## 投てき

| No. | 競技開始時刻 | 会場入場時刻 | 招集完了時刻 | クラス | 種目     | ラウンド | 組数 | 人数 | 規格      |
|-----|--------|--------|--------|-----|--------|------|----|----|---------|
| 1   | 10:00  | 9:30   | 9:50   | 女子  | ハンマー投  | 決    | 1  | 7  | 4.000kg |
| 2   | 11:30  | 11:00  | 11:10  | 男子  | 砲丸投    | 決    | 1  | 3  | 7.260kg |
|     |        |        |        |     | 高校砲丸投  | 決    | 1  | 16 | 6.000kg |
|     |        |        |        |     | 少年B砲丸投 | 決    | 1  | 5  | 5.000kg |
|     |        |        |        |     | 円盤投    | 決    | 1  | 6  | 2.000kg |
| 3   | 13:30  | 13:00  | 13:10  | 男子  | 高校円盤投  | 決    | 1  | 15 | 1.750kg |
|     |        |        |        |     | 中学円盤投  | 決    | 1  | 1  | 1.500kg |
|     |        |        |        | 女子  | 円盤投    | 決    | 1  | 8  | 1.000kg |

# 競技日程 2日目 4月18日(日)



|          | 開場時間  | 受付開始  | 審判主任会議       | 競技場内練習終了 | 競技開始  | 競技終了   | 競技場借用  |
|----------|-------|-------|--------------|----------|-------|--------|--------|
| 4月18日(日) | 7時00分 | 7時30分 | 8時00分<br>※食堂 | 9時00分    | 9時30分 | 15時00分 | 17時30分 |

## トラック

| No. | 競技開始時刻 | 会場入場時刻             | 招集完了時刻 | クラス | 種目      | ラウンド | 組数 | 人数 | 通過基準     |
|-----|--------|--------------------|--------|-----|---------|------|----|----|----------|
| 1   | 9:30   | 9:10               | 9:20   | 女子  | 5000mW  | 決    | 1  | 5  |          |
| 2   | 10:15  | 9:55               | 10:05  | 女子  | 1500m   | 決    | 2  | 29 | タイムレース決勝 |
| 3   | 10:35  | 10:15              | 10:25  | 男子  | 1500m   | 決    | 2  | 32 | タイムレース決勝 |
| 4   | 10:55  | 10:35              | 10:45  | 女子  | 100m    | 予    | 6  | 54 | タイムレース8  |
| 5   | 11:20  | 11:00              | 11:10  | 男子  | 100m    | 予    | 7  | 55 | タイムレース8  |
|     | 11:50  | 県陸協栄章授与式(※選手表章は除く) |        |     |         |      |    |    |          |
| 6   | 12:05  | 11:45              | 11:55  | 女子  | 400m    | 決    | 3  | 24 | タイムレース決勝 |
| 7   | 12:20  | 12:00              | 12:10  | 男子  | 400m    | 決    | 4  | 28 | タイムレース決勝 |
| 8   | 12:45  | 12:25              | 12:35  | 男子  | 110mJH  | 決    | 1  | 8  |          |
| 9   | 12:55  | 12:35              | 12:45  | 男子  | 110mH   | 決    | 2  | 17 | タイムレース決勝 |
| 10  | 13:10  | 12:50              | 13:00  | 女子  | 100mYH  | 決    | 1  | 4  |          |
| 11  | 13:20  | 13:00              | 13:10  | 女子  | 100mH   | 決    | 3  | 22 | タイムレース決勝 |
| 12  | 13:40  | 13:20              | 13:30  | 女子  | 100m    | 決    | 1  | 8  |          |
| 13  | 13:45  | 13:25              | 13:35  | 男子  | 100m    | 決    | 1  | 8  |          |
| 14  | 13:55  | 13:35              | 13:45  | 女子  | 2000mSC | 決    | 1  | 1  |          |
| 15  | 14:15  | 13:55              | 14:05  | 女子  | 4×400mR | 決    | 2  | 12 | タイムレース決勝 |
| 16  | 14:35  | 14:15              | 14:25  | 男子  | 4×400mR | 決    | 3  | 24 | タイムレース決勝 |

## 跳躍

| No. | 競技開始時刻 | 会場入場時刻 | 招集完了時刻 | クラス | 種目  | ラウンド | 組数 | 人数 | 実施場所 |
|-----|--------|--------|--------|-----|-----|------|----|----|------|
| 1   | 9:35   | 8:35   | 9:15   | 女子  | 棒高跳 | 決    | 1  | 21 | Bゾーン |
|     |        | 9:05   | 9:15   | 女子  | 走幅跳 | 決    | 1  | 20 | メイン  |
| 2   | 12:30  | 11:30  | 12:10  | 男子  | 棒高跳 | 決    | 1  | 14 | Bゾーン |
|     |        | 12:00  | 12:10  | 男子  | 三段跳 | 決    | 1  | 19 | メイン  |

## 投てき

| No. | 競技開始時刻 | 会場入場時刻 | 招集完了時刻 | クラス | 種目      | ラウンド | 組数 | 人数 | 規格      |
|-----|--------|--------|--------|-----|---------|------|----|----|---------|
| 1   | 9:30   | 8:30   | 9:10   | 男子  | ハンマー投   | 決    | 1  | 7  | 7.260kg |
|     |        |        |        | 男子  | 高校ハンマー投 | 決    | 1  | 6  | 6.000kg |
| 2   | 11:00  | 10:30  | 10:40  | 女子  | 砲丸投     | 決    | 1  | 12 | 4.000kg |
| 3   | 12:30  | 12:00  | 12:10  | 男子  | やり投     | 決    | 1  | 14 | 0.800kg |
|     |        |        |        | 女子  | やり投     | 決    | 1  | 16 | 0.600kg |

# 競 技 役 員

①=4/17 ②=4/18 (兼)=兼務

|                |                          |              |                  |        |        |  |  |
|----------------|--------------------------|--------------|------------------|--------|--------|--|--|
| 総 務            | 内山 了治                    |              |                  |        |        |  |  |
| 総 務 員          | 葛城 光一 (総括 / 抗議対応 / 感染対策) | 青柳 智之 (競技運営) |                  |        |        |  |  |
|                | 酒井 剛 (競技進行)              | 桐山 勝次 (競技進行) | 掛川 和彦 (報道・マーシャル) |        |        |  |  |
| 技 術 総 務        | 赤沼 広志                    |              |                  |        |        |  |  |
| ディレクター         | 細田 和生                    | 下條 正紀        | 山崎 将文②           |        |        |  |  |
| ジュリー           | 木戸岡和孝                    | 三條 俊彦        |                  |        |        |  |  |
| 審 判 長          | 小林幸太郎 (トラック)             | 内堀 俊彦 (跳躍)   | 田澤 稔 (投てき)       |        |        |  |  |
|                | 勝野 仁深 (スタート)             | 縣 正樹 (招集所)   |                  |        |        |  |  |
| TIC庶務・役員係 (主)  | 小林 至                     | 望月 政和        | 井原 成経            | 犬飼七夕子  | 小川 裕樹  |  |  |
|                | 加藤 麻純                    | 小林 南実        | 小穴智恵美            |        |        |  |  |
|                | TIC (ゲート担当)              | 岩下 早紀        | 塩原 大             | 鈴木陽世梨  |        |  |  |
| マ ー シ ャ ル (主)  | 鹿野恵利子                    | 永井 俊彦        | 上條 盛子            | 市川 広徳  | 中村 勝   |  |  |
|                | 跡部 定一①                   | 宮原 智也②       |                  |        |        |  |  |
| アナウンサー (主)     | 白澤 聖樹                    | 春原 夕子        | 中島 紀子            | 吉田 淳一  | 山内 一輝  |  |  |
| 記録・情報処理員 (主)   | 瀧沢 佳生                    | 水口 伸一        | 降幡 明生            | 中塚 溪滋  | 滝澤 克彦  |  |  |
|                | 中嶋 良太                    | 小長谷祥治        | 橋場 直啓①           | 丸山 新吉② |        |  |  |
| ス ク リ ー ン (主)  | 三代澤芳男                    | 山崎 豊茂        | 織茂 大地            |        |        |  |  |
| 表 彰 係          | 芳川 千恵                    | 高橋 一樹        |                  |        |        |  |  |
| 風 力 計 測 員 (主)  | 碓井 真                     | 山田 憲一        | 宮澤 徹①            | 宮原喜与志② |        |  |  |
| 用 器 具 係 (主)    | 勝野 雅大                    | 土屋 正満        | 北原三代志            | 井原 敏之① | 渡邊 倫①  |  |  |
|                | (主)西沢 尚記②                | 宮尾 淳矢②       |                  |        |        |  |  |
| ウォームアップ場 係 (主) | 新村 昌之                    | 内山 英雄        |                  |        |        |  |  |
| 競 技 者 係 (主)    | 原 宏旭                     | 内田 智志        | 松岡 利明            | 柳 哲生   | 北川 一美  |  |  |
|                | (主)和田 泰正①                | 中澤 博和①       | 松澤 杏奈②           | 南澤 明音② |        |  |  |
| 出 発 係 (主)      | 山田 秀光                    | 小原健太郎        | 戸兵 勝             | 渡邊佳寿恵  | 武内 伸之  |  |  |
|                | 山浦 貫人                    | 石坂 巽海        | 吉富 和弥            | 久高 拓馬① | 神田 健一① |  |  |
|                | (主)小林 季生②                | 吉田 幹弘②       | 吉岡 伸②            |        |        |  |  |
| ス タ ー タ ー (主)  | 永島 侃                     | 小池 充         | 石井 克之            | 下里 直弥  | 早川 恭平  |  |  |
|                | 根本 樹                     | 青柳 智之 (兼)    |                  |        |        |  |  |

# 競 技 役 員



①=4/17 ②=4/18 (兼)=兼務

写 真 判 定 員 (主) 青山 功一 菅沼 真洸 藤井 一茂 児玉 奈美 高見澤 勝①  
高橋 和馬②

監 察 員 (主) 甘利 裕志 山本 隆 神津 晴通 木村 貴峰 松井 一陽  
杉原 昭紀 後小路正人 洞澤 光 梶川 香織 唐木 陽平①  
原 浩美① 浅川 治基② 小牧 学②

ビ デ オ 監 察 宮澤 真一

跳 躍 審 判 員 (主) 荻原 信幸 矢野 清隆 岡田 朋佳 新村 守 櫻井 奈帆  
加賀見一輝 林 知彦 佐藤 賢一 上杉 丈夫 荒井 洋光  
臼田 英治 出川 雄基① 石川 和義① 篠原 克修① 栗空亜沙美②  
丸山 慎也② 小林 嶺②

投 て き 審 判 員 (主) 百瀬 貴 友田 利男 山口 誠 吉田 昭男 戸谷 直喜  
野村 勝己 柄澤 真野 高橋 孝幸 滋田 祐希 藤原 牧人  
良波 克也① 小林 和夫②

計 測 員 (科学) (主) 小林 伸広 上條 健 梨子田昌央 大庭 達也

競 歩 審 判 員 (主) 後小路正人 掛川 和彦 赤沼 広志 北原三代志 小長谷 祥治  
(全 員 兼 務) 高見澤 勝① 山田 憲一① 宮尾 淳矢② 縣 正樹②

競 歩 記 録 員 三代澤芳男 戸谷 直喜

補 助 員 係 (主) 山崎 豊茂 縣 正樹②

医 師

医 務 員 田上 仁

※補助員、松本国際高：TIC(ゲート係)・投てき・用器具に配置  
配置人数は当日指示します。

# 競技注意事項

## 1. 競技規則

本大会は2021年度日本陸上競技連盟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。また、日本陸上競技連盟の陸上競技活動再開についてのガイダンス「【第3版】競技会開催について（2021年1月15日）」に基づいて実施する。

## 2. 競技者案内所（T I C）

競技者案内所（T I C）を競技場正面入口 1 階ロビーに置き、次の業務を行う。

- (1) 各種問い合わせ、審判長への抗議・上訴の受付、落とし物の取り扱いなど。
- (2) プログラム販売（1冊500円）。
- (3) 競技に持ち込んで使用するやりの受付と返却。
- (4) マスクの販売（1つ100円）
- (5) 滑り止め（炭酸マグネシウム）入れの容器の販売（1つ100円）
- (6) 入賞者の賞状の配布。

## 3. 受付

- (1) 競技者受付は各日7時30分からT I Cにて行う。
- (2) 受付の前に、体調管理チェック表の提出をする（全員分を揃えること）。なお、提出のない者は競技会に参加することができない。
- (3) 受付の際には、プログラムと一般競技者にはアスリートビブスを配布する。
- (4) プログラムの記載ミス（氏名、フリガナ、学年、所属等）については、大会プログラム記載事項訂正申請書プログラム訂正用紙（プログラム巻末に添付）を提出する。

## 4. 招集

- (1) 本競技会では、招集は競技場所で行う。（トラック：スタート地点／フィールド：競技場所）
- (2) 各種目の招集完了時刻は、プログラム競技日程記載のとおりとする。
- (3) 競技場所への入場は第4ゲート（100mスタート地点後方）のみとする。
- (4) 競技日程記載の会場入場時間から競技場所へ入場することができる。入場の際、係員がアスリートビブスがについていることを確認した上で、シューズ・商標・競技注意事項6(4)②に該当する持ち物等のチェックを行う。また、腰ナンバー標識の配布を行う。
- (5) 招集完了時刻に、各競技場所にてアスリートビブスのチェック（最終点呼）を行う。
- (6) 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種目の招集時に招集所備え付けの「2種目同時出場届」を競技者係（入場ゲート係員）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。
- (7) 欠場する場合は、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。
- (8) 競技場内への入退場は、すべて競技役員（競技者係・マーシャル等）の指示・誘導によって行う。また、出場する選手以外は競技場内に入ることはできない。
- (9) 棒高跳については、招集時に「アップライト申告書」を提出すること。

## 5. アスリートビブス

- (1) アスリートビブスは、主催者が用意したものを、そのままの大きさと胸・背部に固定すること。ただし、跳躍種目の競技者については、どちらか一方でよい。【TR5.7】
- (2) トラック競技者は、腰ナンバー標識をパンツ両側の上部やや後ろにつけること。このカードは競技者係（入場ゲート）で受け取り、フィニッシュ後は返却する必要はない。さらに3000m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。カードを受け取っただけでは、招集完了としないので注意すること。

## 6. 競技方法

### (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本大会は参加標準を設けているが、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がある。

### (2) フィールド競技

- ①試技順はプログラム記載通りとする。
- 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跳躍種目及びやり投の競技者は、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・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ーを 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。
- 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。

| 種目    | 練習の高さ          | 1    | 2    | 3    | 4    | 5    | 6    |             |
|-------|----------------|------|------|------|------|------|------|-------------|
| 男子走高跳 | 1m70／1m85／2m00 | 1m80 | 1m85 | 1m90 | 1m95 | 2m00 | 2m03 | … 以後3cmずつ   |
| 女子走高跳 | 1m40／1m50／1m65 | 1m45 | 1m50 | 1m55 | 1m60 | 1m63 | 1m66 | … 以後3cm ずつ  |
| 男子棒高跳 | 3m10／3m80／4m50 | 3m20 | 3m40 | 3m60 | 3m80 | 4m00 | 4m10 | … 以後10cmずつ  |
| 女子棒高跳 | 2m00／2m60／3m20 | 2m10 | 2m30 | 2m50 | 2m70 | 2m90 | 3m00 | … 以後10cm ずつ |

第 1 位決定のためのバーの上げ下げは、走高跳 2 c m、棒高跳 5 c m とする。

- ⑥三段跳の踏切板は男子 1 2 m、女子 9 m の地点に設置する。ただし、天候などの状況によって、変更する場合がある。
- ⑦投てき競技及び、棒高跳の練習は、会場入場時間から、本競技場内での練習とし、補助競技場での練習はできない。
- (3) 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 3 0 分以内（同一日に次のラウンドがある場合は 1 5 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 まで申し出る。その抗議に対する審判長の裁定に納得ができない場合は、ジュリーに上訴することができる。その手続きは、「上訴申立書」を記入し預託金（1 万円）を添え、T I C まで申し出ること。
- (4) 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。（コーチング、トイレ等）  
②ビデオ装置、カセットレコーダー、ラジオ、C D、トランシーバーやスマートフォン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）のコーチングエリアのみとする。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す。

## 7. 表彰

- (1) 長野陸上競技協会登録競技者で各種目の最上位者に賞状及びメダル、および各種目 8 位までの入賞者に、賞状を授与する。
- (2) 表彰式は行わないので、賞状は、TIC で受け取ること。

## 8. 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、やり投用やりは、個人所有のものを使用できる。やりの持ち込みについては、招集完了時刻の 1 時間前までに T I C に持参し、返却も T I C で行う。やりの持ち込み希望者は、招集完了時刻の 1 時間前までに T I C に持参し検査を受けること。検査に合格した用具は一括借り上げとし、参加競技者で共有できるものとする。なお、競技終了後に T I C で返却する。(TR32.2〔国内〕)。
- (2) スパイクピンの長さは 9 mm 以内とし、走高跳・やり投は 1 2 mm 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) 声を出しての応援、集団での応援を行わない。
- (5) スタンドからの撮影は、その選手の関係者のみ許可し、それ以外の撮影は認めない。また、撮影禁止エリアでの撮影は一切できない。
- (6) ウォームアップ場（雨天走路を含む）への入場は、該当選手のみとします。付き添いの入場は認めない。ただし、ウォームアップ場外からのコーチングは認める（ソーシャルディスタンスを確保すること）。
- (7) 競技場所からの退場は、第 1 ゲート（フィニッシュライン）後方のみとする。競技終了後、指定された動線を通り、手洗い・洗顔等を済ませてから退場すること。

本競技会は、日本陸連の「【第3版】競技会開催について（2021年1月15日）」に基づいて開催します。下記注意事項に記載されていない内容も日本陸連の方針に従いますので、チーム及び関係者、競技役員は必ず熟読の上、ご参加ください。

2021年初めての競技会ですが、この競技会の運営が今後のモデルとなりますのでよろしくお願いします。

※【第3版】競技会開催について（2021年1月15日）は下記からダウンロードできます。

<https://www.jaaf.or.jp/news/article/13857/>

### 【共通事項】

①大会2週間前から体調管理チェック表を記入し、大会当日、選手受付へ提出してください。（選手以外のチーム関係者も同様）

※以下の事項に該当する場合は、自主的に参加を見合わせてください。

- ・ 体調がよくない場合（例：発熱・咳・咽頭痛などの症状がある場合）
- ・ 同居家族や身近な知人に感染が疑われる方がいる場合
- ・ 過去14日以内に政府から入国制限、入国後の観察期間を必要とされている国、地域等への渡航又は当該在住者との濃厚接触がある場合

※提出前に、提出するデータをコピーまたは写真に撮り、自身でも保管してください。

※体調管理チェック表は、下記、長野陸協ホームページからダウンロードしてご準備ください。

「コロナ関連情報ページ」<https://nagano-rk.com/new-coronavirus-related-information/>

②マスク着用、手洗い・洗顔を徹底する。マスクとタオルは各自で必ず持参してください。

※マスクを忘れた場合はTICで購入してください。（1枚100円）

③3密回避行動を心掛けてください。

④3密を避けるため、競技結果の会場内での掲示は行いません。競技結果は1種目終了するごとに長野陸協DATAWEBの競技会結果ページにアップします。

⑤大会参加者の皆様へのお願い、確認事項等は随時アナウンス又はスクリーンに表示してお知らせします。

⑥大会終了後2週間以内に、新型コロナウイルス感染症を発症した場合は、主催者(info07@nagano-rk.com)に対して速やかに報告を行って下さい。

### 【チーム関係者の皆様】

#### 【チーム関係者の定義】

参加する競技者に帯同する、監督・コーチ・マネージャー・保護者

1. 大会会場への入場者

①チーム関係者の会場への入場・観戦については、各チーム10名までとします。ただし入場される方は必ず、「【大会前：提出用】体調管理表・症状チェック表」を受付へ提出してください。受付で提出者が識別できる「手首・入場許可証」をお渡ししますので観戦中（競技場滞在中）は必ず身につけてください。  
※入場許可証が確認できない方には退場をお願いします

2. チーム及び関係者待機場所

①会場での待機場所は、メインスタンド及び2階コンコースのみとします。芝生スタンドは利用できません。（プログラム掲載の会場案内図でご確認ください。）

②スタンドでは、3密をさけ、ソーシャルディスタンスを確保（2m以上離れる）してください。

③テントの使用は禁止します。

3. 競技者への応援・付き添い等について

①声を出しての応援、集団での応援を行わないでください。

②競技者に付き添う場合の競技者との接触、ソーシャルディスタンスを確保し、会話に注意してください。

③混雑を回避するため、競技者に付き添う者のウォームアップ場への立ち入りは禁止します。

④フィールド種目のコーチングエリアについては、決められたコーチングエリアで、マスク着用の上、ソーシャルディスタンスを確保し、話すようにしてください。

芝生スタンドでコーチングを行う場合は、第2ゲート、第3ゲートから入場してください。入場の際はゲートに居る係員に「入場許可証」（選手は、アスリートビブス）を提示し、係の指示に従って芝生スタンドに入場してください。

⑤メインスタンドでの応援は、プログラム掲載の会場見取図に従ってください。

⑥芝生スタンドで、チーム関係者が観戦する場合は、中央の通路より上の段をご利用ください。

4. ゴミの処理について

会場にゴミ箱は設置しません。ゴミはチーム毎お持ち帰りください。

5. 喫煙場所について

3密を防ぐ観点から、「喫煙場所」は設置しません。会場内全面禁煙とします。

【競技者の皆様へ】

1. 各自体調を管理し、少しでも異常が認められる場合は参加を取りやめてください。
2. この大会は招集所を設けません。競技日程に記載の入場時間から招集完了時間の間に第4ゲートから入場（雨天の場合はB倉庫・昨年までの選手招集所を通る。）し、トラック競技はスタート場所、フィールド競技は試技場所に集合してください。第4ゲート入場時に、スパイクの確認、ビブスが付いているかの確認を行います。また腰ナンバーカードが必要な競技は、第4ゲート入場時に配付しますので事前に自分のレーンを確認しておいてください。  
①集合場所で招集完了時間に、点呼（最終の人数確認）を行います。入場後の動線はプログラム記載の見取図を参照してください。  
②入場の際に、健康状態が不確かな者には、検温を実施し、状況により参加を許可しない場合があります。
3. 競技終了後は、第1ゲートから退場していただきます。トラック競技も昨年までの大会のように競技場建物内の通路は使用しません。退場する前に、指示に従って必ず手洗いを行ってください。
4. 棒高跳や投擲競技の滑り止め（炭酸マグネシウム）利用については、共有しない方法で実施しますので、容器から共有することができません。各自タンマグ入れの容器等をご用意ください。忘れた場合はTICで購入してください。（1ヶ100円）
5. 競技場滞在時間の短縮のため競技者紹介は簡略化しますのでご了承ください。
6. トラック長距離種目の給水所には、スポンジは使用しません。
7. フィールド競技で、助走練習、投てき練習時は競技役員が1人ずつ順番に呼び出しますので、助走路等に並ぶことは禁止します。
8. 競技者同士の会話は極力避け、待機中はマスクを着用してください。
9. 更衣室は外部ドアから入退場してください。
10. 更衣室を使用する場合は、長時間の滞在はしないでください。
11. 更衣室での、シャワー室利用は禁止します。
12. 雨天走路は通常どおり使用できますが、出入りは更衣室を通して入退場してください。
13. 雨天走路及びその通路等の待機場所としての使用は禁止します。

【競技役員の皆様へ】

1. 新型コロナウイルス感染症が重症化しやすい基礎疾患（糖尿病、心不全、呼吸器疾患、高血圧、透析を受けている方、免疫抑制剤や抗がん剤等を用いている方等）を持っている方は、必ず主催者へ報告し、指示に従ってください。
2. 競技者と接触を減らすため、競技場内での行動に注意を払ってください。
3. 3密の回避行動、マスクの着用、眼への飛沫感染を防ぐための眼鏡またはサングラス（UVカットグラス）、使い捨ての手袋を緊急時にすぐ着けられるように携帯してください。（サングラス、手袋は各自ご持参ください。）
4. 用器具、通信機器、審判用具、計測機器、情報端末、その他共用物の使用後は手洗い・手指の消毒・洗顔を欠かさないでください。
5. 医務室を広く確保するため、従来スターターが使用していた器具庫は医務室として使用します。
6. スターターはA倉庫横の通路入口付近を待機場所とします。
7. ソーシャルディスタンスを確保するため、役員の控室を分散します。場所と配置は役員受付時に指示します。（本部役員室、宿泊棟和室2部屋を使用予定。）

この競技会を始め、長野県内の競技会が安心安全に運営できますよう、皆様のご協力をお願いいたします。  
～感染を拡大させないために、「マスク100%」・「こまめな手洗い」をお願いします。～