

競技者・監督の皆さんへ

2024.11.1 からの競技用靴の扱いについて（2024 年度競技規則修改正）

（一財）長野陸上競技協会 競技運営委員会

2022 年度より周知してまいりましたが、TR5.2（競技用靴）については予告どおり 2024 年 11 月 1 日から新しい表に基づいて運用されます。

《競技用靴・靴底厚さ表 2024 年 11 月 1 日から有効》

種 目	最大の厚さ	その他の要件／注意
トラック種目 ハードル種目 障害物競走	20mm スパイクシューズまたは ノン・スパイクシューズ	リレーにおいては、各走者が走る距離に応じて適用。競技場内で行う競歩競技の靴底の厚さは、道路競技と同じとする。
フィールド種目	20mm スパイクシューズまたは ノン・スパイクシューズ	全跳躍種目で、靴の前の部分の中心点の靴底の厚さは、踵の中心点の靴底の厚さを超えてはならない。
道路競技 (競走・競歩)	40mm	
クロスカントリー	20mm スパイクシューズか 40mm ノン・スパイクシューズ	

トラック競技（競技場で行われる）における 800m 以上の種目、フィールド競技の三段跳び ならびにクロスカントリー種目は、従来の 25mm より 20mm に最大の厚さが変更になっております。

（したがって、競技場内で行われるトラック競技においては全て 20mm 以下（競歩競技は道路競技と同様の 40mm）、全てのフィールド競技も 20mm 以下となります。）

2024 年 12 月 14 日（土）開催予定の長野ウインタートライアルにおいても、本規定が適用されますので、ご参加の皆さまにおかれましては十分注意されたうえで出場するよう、お願いいたします。

なお、駅伝競走につきましては本規定の適用外ですので、ご確認ください。

（※駅伝競走は日本独自の種目で、WA の種目ではないため）

◆以下のサイト（WA）でシューズの確認ができますので、ご活用ください。

<https://certcheck.worldathletics.org/>

詳細については、審判講習会資料もしくは 2024 年度版陸上競技ルールブックを参照して下さい。
文責：青柳 智之（日本陸上競技連盟 競技運営委員会 幹事・JTO／長野陸上競技協会 常務理事）

