

# 競技注意事項(2026)

1 競技規則は、2026年日本陸上競技連盟競技規則および本注意事項に従う。

## 2 招集

① 招集完了時刻は、トラック種目は競技開始15分前、フィールド種目は競技開始20分前とする。(コンバインドA走り高跳びは10分前完了)正面玄関前招集所に集合し、点呼を受ける。遅れた場合は、棄権扱いとする。

その際、ユニフォーム・アスリートビブス・スパイクの点検を受けること。トラック種目は腰ナンバーカードを受け取り右腰に留めること。

なお、TR5.2のシューズ規定及び、競技者の広告規程については適用外とする。

② リレーのオーダー用紙は、招集完了時刻の1時間前までに招集所に提出すること。遅れた場合は、棄権扱いとなる。また、リレーの招集は、招集所に4人揃って集合すること。

③ コンバインド競技とリレーを兼ねて出場している選手は、「2種目同時出場届」を本部に提出すること。提出してあれば、コンバインドの競技中であってもリレーの競技時刻に合わせて移動できる。

提出しない場合は、招集時刻に合わせて移動しなければならない。

## 3 競技方法

① 100m・80mH・4×100mのスタートは、クラウチングスタートとする。スターティングブロックを使用しなくてもよい。同じ競技者が2回不正スタートをすると失格となる。

スタート合図は、イングリッシュコールで行う。

② トラック競技は、すべてタイムレース決勝とする。

③ 安全のため、フィニッシュライン通過後も自分のレーン(曲走路)を走ること。

④ 80mHは、ハードルの高さ70cm、インターバル7m、ハードルの台数9台、スタートから第1ハードルまで13m、最終ハードルからゴールまで11mとする。

⑤ 4×100mのテイク・オーバー・ゾーンは30mとし、次走者はゾーン内からスタートしなければならない。テープ等によるマーキングは各自で準備し1カ所のみ貼ることができる。

⑥ 1000m・800mのスタートは、スタンディングスタートとし、オープンレーンで行う。

⑦ 単独種目の走幅跳・ジャベリックボール投の試技は1人2回とし、トップ8は行わない。

⑧ 走高跳の跳躍方法ははさみ跳びとし、マットへは足裏からの着地を原則とする。背中や腰から着地した場合は、無効試技とする。単独種目の走高跳は3回続けて失敗した場合(同一の高さでなくても)、競技終了となる。

	練習	1回目	2回目	3回目	4回目	5回目	6回目	以降
男子	95	100	105	110	115	120	125	3cmずつ
女子	90	95	100	105	110	115	120	

- ⑨ ジャベリックボール投は、助走距離を15mとする。ボールは、大会事務局が準備したものを使用する。投げ方は、ボール本体を持ちオーバーハンドで投げること。

#### 4 コンバインド競技

- ① 本大会におけるコンバインド競技は次の順で行う。

コンバインドA：80mH、走高跳                      コンバインドB：走幅跳、ジャベリックボール投

- ② コンバインドBの走幅跳・ジャベリックボール投の試技は2回とする。コンバインドAの走高跳は、2回続けて失敗した場合（同一の高さでなくても）、競技終了となる。

- ③ 各種目の得点は、『JAAF 小学生混成競技得点表（2024）』による。得点は男女共通とする。

ア 80mH・走幅跳における風速は、得点・順位に影響しない。

イ スタートまたは試技を行ない、参考記録扱い（80mHの不正スタート、オープン参加の記録）・記録なし扱い（DNF/NM）・失格となった者は、50点（参加点）獲得とする。

ウ スタートまたは試技を行わない場合は、欠場とし0点とする。

エ 最初の種目で欠場した競技者は、2種目目には出場できない。

オ 2種目の合計得点で順位を決定する。合計得点が高点の場合は、同順位とする。

- 5 オールウェザー用のスパイクを使用してもよい。スパイクのピンは、全天候用9mm以下を使用すること。

- 6 各種目の3位まで賞状を授与するので、競技終了後に正面受付に取りに来ること。

- 7 トラック・フィールド内には、競技者・役員・補助役員以外は立ち入らないこと。

指導者・引率者等の入場は、正面スタンド、芝スタンドのみとする。

競技者は、正面スタンド審判席前を通行しない。

- 8 本競技場での練習については次の通りとする。

- ① 競技開始前の場内での練習は、9：00までとする。それ以降の場内での練習は、バックストレートのみ定められた時間使用してもよい。使用については、競技役員の指示に従うこと。器具の持ち込みは禁止する。なお、指導者・引率者は9：00以降、トラック内に入らないで指導を行うこと。

- ② リレーの練習については、互いに譲り合い、声を掛け合うなど事故のないよう注意すること。

- 9 参加者は、熱中症対策を徹底すること。

#### 10 県大会出場について

- ① 県大会出場権獲得者は、県大会出場の可否を申し出る。もし、出場辞退の場合は、次の順位の選手に繰り上がる。

- ② 各種目の県大会出場者の確認は、競技終了後、正面入口付近で行う。

※受付にアスリートビブスを必ず返却すること。

#### 11 その他

応援の注意事項、駐車場の注意事項は会場図を参照すること。