

## 道央中学選手権等 競技注意事項・競技規則

- 1、本競技会は2025年度、日本陸上競技連盟競技規則及び本競技会規則により運営する。
- 2、競技者はスタート掲示板で自分のナンバーに○をつけ(一次招集)、集合時間までに競技場所へ移動して点呼を受けること。  
**※ただし、リレー競技のみ、本部入口前で招集点呼を行い、競技者係の指示に従って移動すること。**  
スタート掲示板はゴール側用器具庫前に設ける。○をつけていないものは、その競技に出場することは出来ない。
- 3、招集時刻は次の通りとする  

	(一次招集終了時間)		(集合招集時間)	
トラック	競技開始	35分前	競技開始	15分前
投てき種目	競技開始	40分前	競技開始	25分前
走高跳・走幅跳	競技開始	35分前	競技開始	20分前
棒高跳	競技開始	60分前	競技開始	45分前
- 4、招集時間に遅れたものは、その競技に出場することは出来ない。
- 5、①トラック競技出場者は腰ナンバーカード(1~9)を持参すること。10番以降については主催者が用意する。  
②腰ナンバーカードは、右腰斜め後方に正しくつけること。リレーはアンカーがつけること。  
③3000m出場者は 腰ナンバーカードの他にレーンナンバーカードを胸につける。  
④借りたナンバーカードはゴール後直ちにはずし、ゴール地点に準備された返却ボックスに戻すこと。
- 6、2種目以上の種目に出場するものが、競技時間が重なりそうな場合  
①招集所で2種目とも○をつけ、競技者係の担当者にその旨を伝えること。  
②トラック種目のスタート時間まではフィールド種目を優先し、移動をする時は審判員に申し出ること。  
③トラック競技に出場中、フィールド競技のラウンドは進行する。元のラウンドに戻って競技することは出来ない。
- 7、リレー競技のオーダー用紙は競技者係から受け取り、リレー競技1組目の一次招集終了60分前までに競技者係へ提出すること。(共通女子リレーは9:25まで)  
一次召集終了後から集合召集時間までに競技者のチェックを受けたチームは、それぞれの場所へ移動する。
- 8、トラック種目のレーン、フィールド種目の試技順は、プログラム記載順とする。
- 9、①走高跳・棒高跳のバーの上げ方は下記の通りとする。  
但し、天候などにより審判長判断で変更する場合がある。

男子 走高跳	練習 1m15	試技 1m20	以後 5cmアップ°	～	1m80	以降 3cmアップ°
女子 走高跳	練習 1m05	試技 1m10	以後 5cmアップ°	～	1m40	以降 3cmアップ°
男女 棒高跳	練習と開始試技の高さは当日決定				開始試技から10cmアップ°	
男子 四種競技	練習と開始試技の高さは当日決定				1m80 以降 3cmアップ°	
女子 四種競技	練習と開始試技の高さは当日決定				1m25 以降 3cmアップ°	
混成 走高跳	練習と開始試技の高さは当日決定				開始試技から5cmアップ°	
混成 棒高跳	練習と開始試技の高さは当日決定				開始試技から10cmアップ°	
- 10、競技に使用する用具は、競技場備え付けの物を使用すること。
- 11、競技者以外が場内に入ってはいけない。規制ロープ外で応援すること。
- 12、競技者としての自覚を持ち、見苦しい服装や態度をとらないこと。なお、競技者の服装は、大会規則に定める範囲とする。
- 13、練習のため下記の場所を指定された時間内で使用することを許可する。 **いずれも順走のこと。**  
第2コーナー ～ 第3コーナー中間地点(水郷のあたり) 100m 100mH 110mH の競技時間内  
第2コーナー ～ 第3コーナー手前(直線真ん中付近まで) 200mの競技時間内  
その他、アナウンスで練習が許可された場合も許可する。  
フィールド内での練習は、朝の解放以外禁止する。 **競技場内での投擲練習は禁止する。**
- 14、競技場内での通信機器の使用はできないので、外で通信・撮影を願います。