

競 技 注 意 事 項

1 本大会は、2026年度日本陸上競技連盟競技規則に準ずるが、小学生であることを考慮して、一部は「友の会ルール」を適用する。

2 競技場への入場について

- (1) 7時から審判の入場を行い、並行して各クラブの選手コーチの入場を行う。
- (2) 保護者の入場については、観客席ならびに芝生席の入場を許可する

3 ナンバーカードについて

参加者は陸連（3年生は陸協）登録を行い、配布されたものを胸と背につける。

男子：青地に黒文字、女子：赤地に黒文字

4 招集について

- (1) チーム受付は本部で行う。プログラム訂正は8時30分までに本部の原本に書き込む。
- (2) 招集は、トラック種目はA階段下で、フィールド競技は各種目競技場所で行う。
- (3) 招集の受付は本人が行い、時間に遅れたものは棄権とみなして出場は認めない。
- (4) 他の種目に出場しているなど特別の事由がある場合は、代理人による招集を認めるので競技者係（招集所）に事前に申し出る。
- (5) 招集時間は、当該競技開始時刻を基準とし、次のとおりとする。

| | 招集開始時刻 | 招集完了時刻 |
|---------|--------|--------|
| トラック競技 | 25分前 | 15分前 |
| フィールド競技 | 25分前 | 15分前 |

- (6) リレーのオーダー用紙提出は、招集の60分前までに本部に提出すること。オーダー用紙の提出がない場合は棄権とみなす。

5 競技について

- (1) スパイクシューズの使用はできるが、素足の参加は認めない。
スパイクピンの長さは7mm以下とする。
靴底の厚さについては、「競技用靴に関する規定」を適用しない
- (2) スタートの方法は、クラウチングスタートとし、コールは英語とする。
但し、3年生の50mは、スタンディングスタートとする
- (3) 不正出発は同じ競技者が2回不正スタートをした場合、その競技者は失格となる
但し、失格者はオープン参加で走ることができる

(4) 80mハードルは以下のように行う

ハードルの高さ：5, 6年生=70cm 4年生=60cm

ハードルの台数：9台

ハードルの距離：スタートラインから第1ハードルまで13m、ハードル間7m、
最終ハードルからフィニッシュラインまで11m

5 競技について

(5) 走高跳

- ア はさみ跳びとし、足裏から着地する
- イ 連続して2回失敗した時点で競技終了とする
- ウ ジャンプオフは行わない
- エ バーの上げ下げは以下のとおりとする

| | 練習 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | |
|-------|-------|------|--------|--------|--------|--------|-------|
| 男子走高跳 | 90cm | 95cm | 1m00cm | 1m05cm | 1m10cm | 1m15cm | 以後5cm |
| 女子走高跳 | 110cm | | | | | | |

*4年生は状況に応じて下げて行う。

(6) 走幅跳

試技は2回とする。

(7) ジャベリックボール投の試技数は2投、助走は15メートル以内とする。

炭酸マグネシウムをボール先端に付けボールの部分握り、オーバーハンドスローで投げる。

ジャベボールは4年生以上はNT5201、3年生はNT5202を使用する

(8) 混合リレーは、男女各2名、走順はフリーとする。

メンバーが同学年で揃わないときは、下学年の繰上げ出場は認める。

(3年生のリレー出場は認めない)

6 表彰

上位8名に賞状を授与し、上位3名にメダルを授与する。

7 競技中に発生した傷害については、応急処置は主催者で行うが、以後は保護者の責で行う。

8 荒天時など状況により大会の中止、あるいは決勝を取りやめタイムレース決勝にする等の変更をする場合がある