

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

- (1) 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) リレーのリレーのオーダー用紙提出は、8時30分までに本部に提出すること。
オーダー用紙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【次頁に補足】
- (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 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						

*跳躍審判の判断により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

記録会であるので、表彰は行わない

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、あるいはプログラムの変更をする場合がある

9 写真撮影について

盗撮は犯罪です。警察に通報します。また、グラウンドレベルでの電子機器の使用は陸上の規則で禁止されています。グラウンドに降りて撮影することは禁止です。

【補足】 3年生のスタンディングスタートについて、以下のとおり行う

- ①On your marks : スタートラインに立つ。気をつけの姿勢
- ②Set : 片方の足を後ろに引き、腕をかまえる
- ③ピストルの合図で走り始める