

実 施 要 綱

日 時	2025年9月13日（土） 8時30分開場
会 場	大和市スポーツセンター競技場 （大和市上草柳1-1-1） （小田急江ノ島線「大和駅」、相鉄「大和駅」より徒歩約10分）
種 目	【男子】100m、200m、400m、800m、1500m、5000m、4x100mR、4x400mR、 走高跳、走幅跳、砲丸投 【中学男子】100m、1500m、走幅跳、砲丸投 【壮年男子】（40才以上）100m、1500m、5000m 【女子】100m、200m、400m、800m、1500m、5000m、4x100mR、走高跳、 走幅跳、砲丸投 【中学女子】100m、1500m、走幅跳、砲丸投
競技規則	現行、日本陸上競技連盟規則に準ずる
表 彰	各種目とも3位まで
参 加 費	1種目 2,000円 2種目 3,000円 《高校生以下は1種目1000円 2種目1,500円》 リレー 3,000円
重要事項	①ナンバーカードは回収します。競技終了後、本部に返却願います。 ②ゴミの持ち帰りにご協力ください。

競技注意事項等

1. 規則について

本大会は、本年度日本陸上競技連盟規則、本大会要綱及び申し合わせ事項によって実施する。

2. 競技場使用上の注意

- ① ウォーミングアップは室内練習場を使用すること。フィールド競技の練習は、競技役員の指示に従うこと。
- ② セパレートレーンを使用する競技では、安全のためフィニッシュライン通過後も各自のレーンを走ること。

3. 競技者招集について

招集開始・締め切り時刻は、競技開始時間を基準として次による。

招集開始：トラック 30 分前、フィールド 40 分前

招集打切り：トラック 20 分前、フィールド 25 分前

代理は認めないが他の種目と重複する場合は、競技者係に申し出ること。

競技者は、ビブスを着けたユニホームを着用し、集合すること。その時トラック種目選手には、腰ナンバー標識を配布する。最終コールはスタート地点で10分前に行う。

リレーのオーダー用紙は、招集打切り時刻の1時間前までに競技者係に提出すること。

4. 服装、競技者用靴、ビブス等について（競技規則 TR 5 を準用する）

- ① ビブスは 2 枚配布する。胸と背部にそのままの大きさと確実に着けること。但しフィールド競技の出場者は胸または背のどちらかに着ければよい。
- ② トラック競技の出場者には、腰ナンバー標識を貸与するので、パンツの右腰のやや後方に着けること。
- ③ 腰ナンバー標識はその競技終了の都度、競技者係に返却すること。（消毒します）

5. 競技方法について

- ① 不正スタートについては、1 回で失格になる。
- ② トラック種目は競技時間の関係上、100m～400mを除いて、決勝タイムレースで行う。
- ③ 800m以上の競技はオープンレーンで行う。
- ④ 決勝のレーン順は、主催者が公正に決定する。なお同タイムでの決勝進出者は番組編成員が抽選で決定する。
- ⑤ 競技時間の関係で、制限時間を設ける。一般男子 5000mは 22 分、壮年男子 5000m及び女子 5000mは 25 分で打ち切る。
- ⑥ 走高跳のバーの上げ方は次のとおりとする。

種目	練習	競 技
男子	1m50	1m55,1m60,1m65,1m70,1m75,1m80,1m83 以降 3 c m
女子	1m25	1m30,1m35,1m40,1m45,1m50,1m53,1m56,以降 3 c m

上記の高さについて審判長は競技者の状況に応じて変更することができる。

- ⑦ 砲丸の重さは、競技規則による。

6. 用器具について

競技に使用する用器具は、すべて主催者が準備したものを使用しなければならない。

7. 表彰について

各種目の第 3 位まで、賞状を授与する。1 位までは、メダルも授与する。

8. 競技場への持込禁止について

競技場内に携帯電話・トランシーバー類を持ち込まないこと。

9. その他

- ① 競技中の事故については、主催者によって応急処置はするが、以降の責任は負わない。
- ② 貴重品の管理は各自盗難防止に努めること。
- ③ ゴミ類は各自持ち帰ること。
- ④ リザルド、番組編成表は召集場所横に掲示する。決勝進出者はアナウンスで通告する。
- ⑤ 出場者数などの都合によっては時間や組などを変更する場合があるので注意すること。
その場合はアナウンスで通告する。
- ⑥ 競技者は競技時以外トラック・フィールドに立ち入ることはできない。
- ⑦ 事故なく規律ある競技大会となるよう努力しあいましょう。