

# 競 技 注 意 事 項

## 1 競技規則について

本大会は2010年度財団法人日本陸上競技連盟競技規則及び本大会申し合わせ事項によって実施します。

## 2 出入口、更衣室について

- (1) 出入口は千駄ヶ谷門及び代々木門とします。競技者受付は南ゲート入場口（ゴール側）付近に設けます。
- (2) 更衣室はA=男子、B・C=女子とします。それぞれ更衣のみ行き、貴重品は各自で管理してください。

## 3 プログラムについて

- (1) 当日競技者受付にて、ナンバーカードとともにプログラムを配布します。
- (2) プログラムに記載ミス（氏名、フリガナ、学年、所属等）があった場合には、8時30分または遅くとも出場する競技の90分前までに大会本部に申し出てください。記録確定以後の訂正（賞状および記録証の訂正含む）には、一切応じません。  
尚、プログラムの記載事項は、申込の際に送信されたデータをそのまま使用しています。
- (3) プログラムは、7番ゲート付近で販売いたします。

## 4 招集について

- (1) 招集所は北ゲート入場口（100mスタート側）付近に設けます。
- (2) 招集は、当該種目の競技開始時刻を基準として、以下のとおりです。

	種 目	招集開始時刻	招集完了時刻
トラック競技	リレー以外 1～ 8組	30分前	20分前
	9～16組	20分前	10分前
	17～24組	10分前	0分
	25組以降	0分	10分後
	4×100mR	40分前	30分前
フィールド競技	棒高跳	70分前	60分前
	その他	60分前	50分前

- (3) リレーのオーダー用紙は招集完了時刻の60分前までに競技者係（招集所）に提出してください。（オーダー用紙は招集所に用意してあります。）
- (4) 競技場への入場、退場及び競技場所への移動は競技役員の誘導に従ってください。
- (5) 2種目出場のため競技や招集の時間が重なる競技者は、あらかじめ競技者係に届け出てください。
- (6) 招集完了時刻に遅れた場合は、当該種目を棄権したものと見なしますのでご注意ください。

## 5 ナンバーカードについて

- (1) ナンバーカードは、主催者で配布します。(東京高体連登録競技者は除く)
- (2) 競技者は交付された大きさのままユニフォームの胸と背につけてください。走高跳に出場する競技者はどちらか片方で構いません。
- (3) トラック競技に出場する競技者には、写真判定用の腰ナンバーを招集時に貸与しますので、パンツの右側上部やや後方につけてください(リレー競技の場合は、アンカーだけ腰ナンバーを使用します)。なお、競技終了後はフィニッシュ地点付近で競技役員に返却してください。

## 6 競技について

### (1) トラック競技

- ①本競技場は全天候舗装のため、スパイクについては競技規則第143条を参照してください。
- ②トラック競技のレーン順、及びフィールド競技の試技順は、プログラム記載順とします。
- ③スターティングブロックのセットは、競技の進行に支障のないよう速やかにセットしてください。
- ④小学生については全国小学生のルールに準じます。
- ⑤レーンを使用するトラック競技は棄権者があってもそのレーンは空レーンとして実施します。
- ⑥レーンを使用する競技では、競技者の安全のため、フィニッシュライン通過後も自分に割り当てられたレーンを走ってください。
- ⑦トラック競技のフィニッシュライン通過後は、南門横の競技者入退場口を出てからスパイクを脱いで、スタンド下回廊を通って更衣室に戻ってください。スタンド下の中央廊下を通るときは必ずスパイクを脱いでください(借りたスリッパは医務室前の備え付けの箱に返却してください)。1500m、3000mでは、フィニッシュライン通過後第1曲走路出口付近の階段を降り、ダッグアウトに入り更衣室に戻ってください。
- ⑧中学、高校・一般800m、中学1500m、高校・一般3000m、4×100mRは、タイムレースで順位を決定します。
- ⑨決勝の組み合わせ・レーン順は大会本部にて公平に番組編成し、その結果を招集所付近に掲示します。
- ⑩中学800mはオープンレーンで行います。
- ⑪3000mでは、最後の一周(2600m地点)をスタート後13分以内で通過できない場合、競技を続行することはできません。
- ⑫次のラウンドに進む競技者について、写真による着差がない場合には抽選により決定します。
- ⑬リレー競技に使用するマークは、各チームで用意し、レース終了後は必ず各チームで外してください。

### (2) フィールド競技

- ①試技順はプログラム記載順によります。
- ②中学生の走幅跳は3組(A, B, Cピット)で3回の試技により順位を決定します。
- ③走高跳のバーの上げ方は以下の通りです。

なお、天候等の状況により変更することがあります。第1位を決定する場合の上げ下げは2cmとします。

種別	練習	バーの上げ方								
中学・高校一般	1.10	1.20	1.25	1.30	1.35	1.40	1.45	1.50	1.55	以後3cmずつ

- ④棒高跳びのバーの上げ方については、出場する競技者との協議により決定します。
- ⑤高校・一般の走幅跳については1組がAピット、2組がBピットで3回の試技を行い、1・2組あわせた上位8名がAピットで更に3回の試技を行います。
- ⑥競技で使用する用器具は競技場備え付けのものに限ります。ただし、棒高跳用ポールは、個人所有の

ものが使用できます。

## 7 表彰について

- (1) 各種目 1 位から 8 位まで賞状を授与します。
- (2) 各種目 3 位までは表彰を行うので、競技終了後表彰者控え場所で待機してください。
- (3) 4 位以下の入賞者は、結果発表後に本部（表彰係）にて賞状を受領してください。

## 8 競技場使用上の注意

- (1) 競技場は全天候舗装のため、競技に使用するスパイクは以下の通りです。

ピンの長さ	9 mm 以内（走高跳・やり投 12 mm 以内）
ピンの先端の直径	4 mm 以内
ピンの数	11 本以内
- (2) トラック・フィールド以外でのスパイクの着用はしないでください。
- (3) 競技場の開門時間は 7 時 30 分です。開門時間前に入場しないでください。
- (4) 盗難について、主催者は責任を負わない。各自の荷物管理には十分気をつけ、更衣室等に置いたままにしないでください。
- (5) 環境への配慮は十分気をつけ、各自のゴミは必ず持ち帰ってください（競技場及びその周辺、駅などに捨てないでください）。

## 9 練習について

- (1) 練習は、国立競技場ランプ下の直走路、ならびに回廊の 9～30 番柱までを利用できますが、盗難・事故については自己責任となります。正面スタンド側の回廊（1～8 番柱）では絶対に練習はしないでください。投てき競技の練習は、競技開始前に競技役員の指示に従って行ってください。
- (2) スタンドを含む競技場内での応援用のぼり・旗等の掲出・表示は禁止します。

## 10 その他

- (1) 競技中において、競技場内のスタンド下ダッグアウトからの助言（指導）は禁止します。
- (2) 競技場内に商品名のついた衣類やバッグを持ち込む場合、規定を守ってください。

上半身	面積 30 平方 cm 以内	縦 4 cm 以内	ロゴ全体では縦 5 cm 以内を 1 ヶ所。
下半身	面積 20 平方 cm 以内	文字は縦 4 cm 以内を 1 ヶ所。	
バッグ	面積 25 平方 cm 以内で同一のものを 2 ヶ所。		

競技役員に指摘された場合は、その指示に従ってください。詳細は「競技会における広告およびその展示物に関する規定」を参照してください。
- (3) 競技中の事故については主催者で応急処置はしますが、以後の責任は負いません。
- (4) 競技の記録は放送を通じて発表するが、招集所付近に掲示します。
- (5) 希望者には記録証を 1 部 300 円で発行します。大会事務局（本部）に申し出てください。
- (6) 棒高跳のポールの郵送の場合は、前日着で競技場に送付してください。

\* 東京都新宿区霞ヶ丘 10 国立霞ヶ丘競技場気付

第 50 回東京女子陸上競技大会出場 ○○○宛

- ・送付されたポールは国立競技場第1コーナー外側のダッグアウトに保管される。
- ・返送は競技場内の競技者受付で配布する宅配便の送り状（着払用）を、ポールにはり各自で保管されていた場所に運ぶ。

(7) 当大会は盗撮を厳しく監視いたします。カメラ、ビデオの撮影は、出場団体・学校と選手の家族を除き必ず本部で許可を受けること。

不審者と思われる行動のものには、通報いたします。

### \* 参考

#### ハードル競技

	ハードルの高さ	第1ハードルまでの距離	ハードル間の距離	第10ハードルからフィニッシュまで	マーキング
100mYH	76.2cm	13m	8m	15m	黒
100mH	83.8cm	13m	8.5m	10.5m	黄緑

#### 投てき用具

	一般	中学
砲丸	4kg	2.721kg
やり	600g	—

#### 国陸競技場備え付 「やり」について

ニシ 55m～65m級 2本 45m～55m級 2本 30m～45m級 1本  
 サンドビック 70m級 2本 60m級 1本  
 ネメト 75m級 1本  
 ヘルド 55m～70m級 1本