

陸上競技実施要項

- 1 日 時 令和元年10月4日(金) ※ 雨天決行
監督会 8時00分
開会式 8時30分
役員打合せ 9時00分
競技開始 9時30分
- 2 会 場 都農町・藤見運動公園陸上競技場
- 3 種 目 (1) 男子(16種目)
1年100M 1年200M 1年1500M 1年3000M 1年100MH 2年100M 2年200M
2年1500M 2年3000M 2年110MH 共通400M 共通800M 共通4×100MR
共通走幅跳 共通走高跳 共通砲丸投げ
(2) 女子(13種目)
1年100M 1年200M 1年800M 1年80MH 2年100M 2年200M 2年800M
2年100MH 共通1500M 共通4×100MR 共通走幅跳 共通走高跳 共通砲丸投げ
(3) その他
オープン種目として男子100m及び1500M、女子100m及び800Mを実施し、出場人数の制限はしない。
- 4 出場制限 (1) 一人1種目。ただし、リレーは除く。
(2) 一種目につき学校から3名以内とする。
(3) 他の種目で県大会出場権を得た者、大会当日までに他の競技が終了していない者は出場できない。
(4) リレー種目は、学校1チームとする。(1チームの人数は6名以内)
(5) 申込み後の選手変更は認めない。
(6) 県大会の出場権を得た選手は辞退できない。
(7) 正式種目とオープン種目は兼ねられない。
- 5 競技規則 (1) 令和元年度日本陸上競技連盟規則ならびに本大会競技規則を適用する。
(スタートでフライングをした競技者は1回目から失格となる。)
※ スターターの合図は「オン ユア マーク」「セット」で行う。
(2) 競技順序は、参加申込受付後、決定する。
(3) トラック競技は、100M、200M以外の種目はタイムレースで行う。フィールド競技は、出場者数によって予選決勝を行う。
(4) 男子1500M、3000Mと女子800Mは、出場者数によっては、1.2年同時スタートを行う場合がある。(順位は、1.2年別に判定)
(5) 招集時間は、トラック競技開始時間30分前より15分間、フィールド競技開始時間40分前より20分間とする。
(6) 走り高跳びは、男子は練習を1m30cm、競技を1m35cmから、女子については、練習を1m10cm、競技を1m15cmからはじめるが、選手のレベルに応じて変更することもある。
(7) フィールド競技の試技は3回とする。
(8) 4×100MRはセパレートレーンで行う。
(9) スパイクピンの長さは、オールウェザー用9mm以下とする。ただし、フィールド種目は12mm以下とする。
(10) 砲丸投げ男子は、5kgとする。
(11) ハードル競技は下記の規定で行う。

種 目	高さ	スタートから	インターバル	最終ゴール	台数	マークの色
女子80MH	76.2cm	12.0m	7.5m	15.5m	8	なし
女子100MH	76.2cm	13.0m	8.0m	15.0m	10	黒
男子100MH	84.0cm	13.0m	8.5m	10.5m	10	緑
男子110MH	91.4cm	13.72m	9.14m	14.02m	10	紺

(12) マークの色

女子 80MH→なし 女子 100MH→黒 男子 100MH→緑 男子 110MH→青

- 6 表 彰 各種目男女別1～5位選手に賞状を授与する。
- 7 県大会出場 各種目上位5位(チーム)が県大会出場権を得るが、競技終了後の理事会で正式に決定する。
- 8 参加申込
- (1) 申込方法
- ① 『延岡市陸上競技協会』→地区中学校体育連盟
もしくは下記アドレスにアクセスし、申込み処理データに必要事項を入力する。
<http://nrk.goldengames.jp/jhs.html>
- ② 入力したものをプリントアウトし、地区事務局に提出する。また同時にデータをメールに添付し送信する。
- (2) 申込書類
- ① 選手一覧表(A4版・選手名、種目、記録等が記載してあるもの)
- ② 参加承諾書(A4版・校長職印を押印する)
- (3) 申込先
- ① データは下記アドレスにメール送信する。
k_tomoshige60@yahoo.co.jp
(※↑この線はアンダーバーです)
- ② プリントアウトした書類は、地区中体連事務局に2部提出する。(2部とも校長公印を押印する。)
- (4) 申込み期限
令和元年10月1日(火)17:00まで
- (5) 注意事項
- ① データ送信と書類提出の両方を期限内に確実に行うこと。
- ② データ送信後は、受付完了メールを送信するので確認すること。
- ③ プログラム編成上、自己記録がある場合は記入すること。
- 9 その他
- (1) ナンバーカードは県中体連で指定してある番号を各学校で作成すること。
※ 大きさは横24cm以内×縦20cm以内とし、数字の大きさは縦最低6cm～最高10cmとする。胸、背部につける。
- (2) 選手宣誓は(高鍋東)中学校とする。
- (3) テントの位置はバックスタンド左手より下記のとおりとする。
(唐瀬原、都農、国光原、木城、富田、上新田、新田、高鍋東、高鍋西、西都地区)
- (4) 開会式の服装は各学校にてきちんとそろえておくこと。
- (5) 選手宣誓は総合大会、秋季大会を通じて、高鍋東→妻→唐瀬原→都農→木城→富田の順番で行う。