

## 大会規則および選手注意事項

本大会は2015（公益財団法人）日本陸上競技連盟規則、本大会要項及び競技注意事項を適用する。  
ただし、不正スタートについては、新ルールを適用して実施する。

1. 本競技場は、朝9時15分まで使用可能である。その後は、本競技場バックストレート側を使用してもよい。但し、競技に支障のないよう注意して行うこと。
2. 招集所は、100m スタート地点（雨天走路）に設ける。
3. 招集時間は次のとおりである

（四種競技）

招集開始時刻 競技開始30分前から

招集完了時刻 トラック競技は15分前 フィールド競技は20分前

ただし、最初の種目のみ競技者係に点呼を受けるが、以後の種目については招集完了時刻の5分前までに現地に集合する。

（その他の種目）

選手は当該種目の招集時刻がきたら、招集所に用意された出場選手一覧表に、第1回目のチェック（自分のナンバーを○で囲む）を招集終了5分前までに行う。第1回目のチェックを終えた選手は、招集終了時刻3分前に現地に移動し、係員による最終点呼を受ける。その際、競技者係にユニフォームのナンバーを見せ、確認を受け、あわせてスパイク、靴底、およびバッグ等の商標の確認を受けた後、係員の誘導で競技場に入る。代理人による最終点呼は認めない。

5. 競技場は全天候舗装であるので、スパイクピンは9mm以下とする。ただし、走高跳およびジャベリックスローは12mm以下とする。
6. 競技用具の持ち込みは、競技前に必ず検定を受けなければならない。
7. ナンバーは必ずユニフォームの胸背部に確実に取り付けること。跳躍種目については胸背部のどちらか一方でよい。ただし、走幅跳については必ず前面に取り付けること。
8. ユニフォームの上着の端は、ランニングパンツ等の内側に必ず入れること。
9. セパレートレーンで行われる競技では、決勝戦通過後は自分のレーン（曲走路）を走り、他走者の邪魔をしないこと。
10. トラック競技のレーン順、フィールド競技の試技順は、プログラム記載順に上から下とする。
11. 走高跳のバーの上げ方は下記の通りとする。

### A 走高跳

男子(練習 1m25)30-35-40-45-50-55-58 以後3cm ずつ上げる。

女子(練習 1m05)10-15-20-25-30-33 以後3cm ずつ上げる。

◎ 特殊条件によって変更するバーの上げ方は審判長が決める。

12. ハードルの高さは女子・四種女子(76.2cm、8m)、3年女子(76.2cm、8.5m)、男子(91.0cm、9.14m)、3年男子(99.0cm、9.14m)とする。また砲丸投の重さは、四種女子は2.72kg、2年男子・男子四種・3年女子は4.0kgとする。また円盤投の重さは、男子は1.5kg、女子は1.0kgとする。
13. 四種競技で全国標準記録を突破した選手は、本部席奥井先生（出雲市立第一中学校）まで行き、全国大会出場のための必要書類を受け取り、期日までに提出すること。
14. 発病、負傷に対しては応急処置のみ行う。