

## 《競技規則と注意事項》

- (1) 選手・役員以外は競技場内への立ち入りは禁止とする。
- (2) 大会運営や審判の判定などにクレームまたは抗議、批判などは一切禁止とする。
- (3) 市内在住・通勤・通学者は1人2種目（リレーは除く）まで参加可。  
市外者は1人1種目まで（リレーは除く）。
- (4) スパイク使用可（スパイクピンは9mm以下のもので平行ピンとする。）  
ただし、小学生1年生～4年生は禁止する。
- (5) スターティングブロックは、小学生は使用しないものとする。
- (6) 小学生リレーにおいて、ブルーラインは使用しないものとする。
- (7) 出場者は、競技服装とする。
- (8) トラック競技出場者は決められた招集時間（競技開始時刻20分前～10分前）に選手招集場所でコールを行うこと。なお、招集時間が過ぎれば棄権とみなす。  
フィールド競技出場者は決められた招集時間（競技開始時刻20分前～10分前）に各競技場所でコールを行うこと。なお、招集時間が過ぎれば棄権とみなす。
- (9) フィールド競技とトラック競技が重なる場合は、原則としてトラック競技を優先するが、係員の指示に従うこと。
- (10) 年齢制限のある競技については大会当日の満年齢とし、違反があれば失格とする。  
※ ただし、中学校を卒業した15歳の方は16歳として取り扱う。
- (11) トラック競技で、2回目以降にフライング（不正出発）をした者は失格とする。
- (12) トラック競技は、全てタイムレースで順位を決定する。
- (13) トラック競技出場者は招集時にナンバーカードを受け取り右腰に付ける。  
(1500m・3000mは両腰に、リレーは4走のみ右腰付ける。)
- ※ ただし、走り幅跳びの小学生（男・女）は試技順にシールタイプのゼッケンを胸に付ける。
- (14) フィールド競技の競技方法は次のとおりとする。各競技、小学生も含めて練習可能。コール開始20分前（小学生のフィールド競技については開会式終了後）からコール後競技開始までの時間とする。
  - 砲丸投げ・・・3回投げ、一番よい記録をとる。  
(一般男子 7.26kg) (中学男子 5kg) (一般女子 4kg) (中学女子 2.72kg)
  - 走り幅跳び・・・3回跳び、一番よい記録をとる。
  - 走り高跳び・・・3回続けて失敗すると次の高さを試技できない。
    - ・小学生女子は80cmから、小学生男子は90cmから5cm毎、中学生女子は100cmから、中学生男子以上は110cmから5cm毎にバーを上げる。
    - ・小学生は、はさみ跳びのみとする。
- (15) フィールド競技の砲丸投げ・走り幅跳びのファール時は計測しない。
- (16) その他、競技に関しては、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基づいて行う。
- (17) 競技中の負傷については、主催者側で応急処置を行うが、その後の治療については個人負担とする。