

**第68回茨城マスターズ陸上競技記録会
兼全国ねんりんピック(埼玉大会)選考会要項**

Rev.01

主催 茨城マスターズ陸上競技連盟
後援 (一財)茨城陸上競技協会

1. 日時 **2026年4月5日(日)** 小雨決行 競技開始9時30分
2. 会場 石岡市運動公園陸上競技場(茨城県石岡市南台3-34-1 TEL:0299-26-7210)
交通機関 :JR石岡駅下車しタクシーまたは関東鉄道バスで 競技場前下車 徒歩1分
車 石岡千代田ICより国道6号を水戸方面へ、その後355号線茨城空港方面 約10分
又は石岡小美玉スマートICより県道7号で茨城空港方面 約10分
3. 参加資格 大会当日の満年齢が満18歳以上(尚、高体連・学連登録者は除く)で、
今年度の日本マ連合に登録し、かつ日本陸連にも登録している事。
4. 競技区分 大会当日の満年齢とする。
5. 競技クラスと種目

男 子			女 子		
クラス	年齢区分	種目	クラス	年齢区分	種目
M24~(18歳以上。学連登録者は除く)					
M25	25~29	60m 砲丸投	W25	25~29	60m 砲丸投
M30	30~34	100m 円盤投	W30	30~34	100m 円盤投
M35	35~39	200m やり投	W35	35~39	200m やり投
M40	40~44	400m ハンマー投	W40	40~44	400m ハンマー投
M45	45~49	800m 重量投	W45	45~49	800m 重量投
M50	50~54	1500m 投てき五種 (M65~)	W50	50~54	1500m 投てき五種
M55	55~59	3000m : (M65~)	W55	55~59	3000m
M60	60~64	5000m	W60	60~64	5000m
M65	65~69	80mH: (M70~)	W65	65~69	80mH: (W40~)
M70	70~74	100mH: (M50~M65)	W70	70~74	100mH: (~W35)
M75	75~79	110mH: (~M45)	W75	75~79	200mH: (W70~)
M80	80~84	200mH: (M80~)	W80	80~84	300mH: (W50~W65)
M85	85~89	300mH: (M60~M75)	W85	85~89	400mH: (~W45)
M90	90~94	400mH: (~M55)	W90	90~94	走高跳 棒高跳
M95	95~99	走幅跳 棒高跳	W95	95~99	走幅跳 棒高跳
M100	100以上	三段跳 立五段跳	W100	100以上	三段跳 立五段跳

6. 表彰 なし。ただし、記録証を発行する。
7. 競技規則 **2026年度**日本陸上競技連盟規則及び日本マスターズ陸上競技連合規則を準用する。
 - (1)スパイクの長さは9mm以内(走高跳、やり投は12mm以内のこと)。
 - (2)トラック種目はタイムレースにより順位を決定する。尚、5000mで30分、3000mで20分を超過した時は審判長の判断で競走を中止させます。
 - (3)トラック競技は参加人数により幾つかの年令区分を組み合わせて実施することがある。
 - (4)トラック競技とフィールド競技が重複した場合はトラック競技を優先し、競技終了後フィールド競技に戻るものとする。ただし、そのラウンドの試技が終了した場合は、その回の試技は認められない。
8. 参加制限 一人3種目以内とする。尚、単独の投てき種目はW全とM65~に限定して実施し一人2種目以内とする。
また、投てき五種に参加する選手は他の種目に出場できない。
県内選手でねんりんピック大会参加希望者は事前に事務局へ申し込むと共に、この大会の1500m、3000m、5000mの何れかに出場してください。
9. 参加料 一種目出場…2,000円 二種目出場…2,500円 三種目出場…3,000円 **投てき五種…5,000円**
10. 申込方法 所定の振込用紙に大会名・JAAF都道府県名・JAAF-ID・出場クラス・マ登録番号・西暦生年月日
 - ・大会当日満年齢・出場種目・氏名・フリガナ・連絡先・氏名のローマ字を記入し、参加料を添えて申込をしてください。尚、振込用紙がない場合は最寄りの郵便局の振込用紙を利用して上記内容を記入し口座番号00160-9-647815 茨城マスターズ陸上競技連盟宛に振込してください。不明の方は下記にご連絡下さい。
 - 尚、申込後は①種目変更はできません、②下記注意事項に同意したとみなされます。
 - また、参加料については申込後はいかなる理由でも返金いたしません。

茨城マスターズ陸上競技連盟競技係 TEL/FAX:0293-43-0691
北茨城市中郷町汐見ヶ丘3-318-60 北林 光雄 まで

11. 申込期日 **2026年2月27日(金)～3月13日(金)**消印有効 締め切り後は受け付けない。
受付証は大会1週間前頃にお送りいたします。

12. 注意事項 (1)アスリートビブス:各選手とも自己の持つ都道府県マ会員番号を記載したものを持参し着用する。 茨城08-0123の例

8
1 2 3

- (2)主催者は、1日レクレーション傷害保険に加入し、競技中に発生した疾病事故に対しては、応急の処置等をするが他の責任は一切負わない。
- (3)緊急で連絡する場合がありますので、電話番号を必ず振り込み用紙に記入のこと。
- (4)主催者が選手の活躍を撮影した写真等は、広報活動に限定し利用させて頂くことがあります。
- (5)陸連登録(JAAF-ID登録)申請中の方は「JAAF-ID」欄に申請中と記入し、確定後は速やかに事務局に連絡すること。
- (6)この大会における「投てき五種」はW全とM65~のクラスに限定して実施します。
- (7)走高跳は高跳用スタンドの関係で1m以下にできない為、1mから開始します。