

タイムテーブル

トラック競技

順序	性別	種目	組数	人数	競技開始時刻	現地召集時刻
1	男・女	400mH	1	6	10:00	9:45
2	男・女	300mH	1	3	10:10	9:55
3	男・女	3000m	1	7	10:20	10:05
4	男・女	200m	8	43	10:50	10:35
5	女	80mH	1	1	11:30	11:15
6	男	100mH	1	3	11:40	11:25
7	男	110mH	1	4	12:00	11:45
8	男・女	1500m	1	15	12:20	12:05
9	男・女	100m	11	74	12:50	12:35
10	男・女	800m	2	15	13:50	13:35
11	男・女	60m	10	59	14:20	14:05
12	男・女	400m	2	16	15:10	14:55
13	男・女	5000m	1	13	15:30	15:15

跳躍競技

順序	性別	種目	組数	人数	競技開始時刻	現地召集時刻
1	男・女	走幅跳	1	21	10:00	9:30
2	男・女	立五段跳	1	33	12:00	11:30
3	男・女	三段跳	1	14	13:30	13:00
4	男	走高跳	1	14	14:30	14:00

投てき競技

順序	性別	種目	組数	人数	競技開始時刻	現地召集時刻
1	男・女	ハンマー投	1	25	9:40	9:10
2	男・女	砲丸投	1	24	11:10	10:40
3	男・女	円盤投	1	24	12:10	11:40
4	男・女	やり投	1	19	13:10	12:40
5	男・女	重量投	1	19	14:10	13:40

競技者注意事項

- 1 本大会は、2017年日本陸上競技連盟競技規則、日本マスターズ陸上競技規則及び本大会規則により実施する。
- 2 スパイクの長さは9mm以内(走高跳、やり投は12mm以内)のものを使用のこと。
- 3 第一コールは競技開始時刻の45分前迄にスタンド下中央付近通路の掲示板に○印をつ
最終コールは競技開始時刻のトラック競技は15分前、フィールド競技は30分前
に現地でナンバーカード等のチェックを受け係の指示で競技を行う。
- 4 走高跳を除きフィールド競技の試技は3回とする。但し、試技3回で記録なしの場合
は走高跳を除き1回の追加試技を認める。
- 5 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。但し、そのラウンドの競技が終了した場合は、その回
の試技は認められない。
- 6 トラック競技同種目のレーン順は年齢の低い選手より順に入れる。
- 7 トラック競技同種目で少人数の場合男女でレースを行う場合があります。
- 8 フィールド競技の試技順は年齢の高い選手から低い選手の順で行う。
- 9 投てき競技は出場者が多いためベスト記録のみ計測(3回全部は計測しない)
- 10 スタートのかげ声について
400mまでは「on your maks」「set」「オン・ユア・マークス」「セット」「号砲」
800mからは「on your maks」「オン・ユア・マークス」「号砲」
- 11 出場者には記録証を発行する。記録発表後、ご希望の方は本部席までお越し下さい。

投てき用具の重さ

性別	クラス	ハンマー (Kg)	砲丸 (Kg)	円盤 (Kg)	やり (g)	重量投 (Kg)
男子	M24～M45	7.26	7.26	2	800	15.88
	M50・M55	6	6	1.5	700	11.34
	M60・M65	5	5	1	600	9.08
	M70・M75	4	4	1	500	7.26
	M80+	3	3	1	400	5.45
女子	W24～W45	4	4	1	600	9.08
	W50・W55	3	3	1	500	7.26
	W60～W70	3	3	1	500	5.45
	W75	2	2	0.75	400	4
	W80+	2	2	0.75	400	4

* W60～W70のヤリの重さが400gから500gに変更。(2015.4.1改正)

ハードルの使用基準

性別	種別	種目	クラス	高さ	台数	1台目	間隔	最終	備考	距離同一Gr	
男子	シヨート	110mH	M24～M45	0.991m	10	13.72m	9.14m	14.02m	距離は一般男子と同じ		
		100mH	M50～M55	0.914m	10	13.00m	8.50m	10.50m	距離は一般女子と同じ	A	
		100mH	M60～M65	0.840m	10	12.00m	8.00m	16.00m			
		80mH	M70～M75	0.762m	8	12.00m	7.00m	19.00m		B	
		80mH	M80+	0.686m	8	12.00m	7.00m	19.00m		B	
	ロング	400mH	M24～M45	0.914m	10	45.00m	35.00m	40.00m	一般男子と同じ		C
		400mH	M50～M55	0.840m	10	45.00m	35.00m	40.00m	距離は一般男子と同じ		C
		300mH	M60～M65	0.762m	7	50.00m	35.00m	40.00m			D
		300mH	M70～M75	0.686m	7	50.00m	35.00m	40.00m			D
		200mH	M80+	0.686m	5	20.00m	35.00m	40.00m			E
女子	シヨート	100mH	W24～W35	0.840m	10	13.00m	8.50m	10.50m	一般女子と同じ		A
		80mH	W40～W45	0.762m	8	12.00m	8.00m	12.00m			
		80mH	W50～W55	0.762m	8	12.00m	7.00m	19.00m			B
		80mH	W60+	0.686m	8	12.00m	7.00m	19.00m			B
	ロング	400mH	W24～W45	0.762m	10	45.00m	35.00m	40.00m	一般女子と同じ		C
		300mH	W50～W55	0.762m	7	50.00m	35.00m	40.00m			D
		300mH	W60～W65	0.686m	7	50.00m	35.00m	40.00m			D
		200mH	W70+	0.686m	5	20.00m	35.00m	40.00m			E

* 高さ0.686mのハードルは小学生基準0.7mを使用しても良い。
* ハードル高さ設定は調整レバー位置により、最下段から順に(0.762m)(0.840m)(0.914)(0.991)(1.067m)に設定可能です。

連絡及びお願い事項

1. プログラム確認依頼

プログラムの記載内容に誤りがある場合には受付係にお申し出下さい。

2. 県内選手の方へのお願い

競技役員不足の時にはご自身の競技進行に支障が生じない範囲で結構ですので準備や進行にご協力頂きたくお願いいたします。

3. マーキング撤去のお願い

目印として貼り付けたテープ類はご自身で回収してください。

4. ゴミの持帰り

会場にはゴミを残さないよう極力お持帰りください。

5. 盗難防止

持ち物の紛失や盗難の被害が発生していますので、競技出場時などは近くに残っている方をお願いするなど盗難防止策を講じて下さい。

6. 車上荒しの注意

車内に荷物を残す場合は、トランク内に入れ外から見えないようにして下さい。

7. 交通安全

競技終了後の疲労と安堵感でつつい気が緩みがちになりますので安全運転でお帰り下さい。