

競 技 注 意 事 項

1. 競技規則について

(1) 本大会は、2025 年度（公財）日本陸上競技連盟競技規則ならびに本大会申し合わせ事項により実施する。

(2) 本競技会については、以下の競技規則を適用する。

TR4. 4（参加の拒否）、TR8. 4/8. 5（現場での抗議）は適用しない。

TR24. 10（リレーメンバー）は〔国際〕を適用し、リレー競技のチーム編成は TR24. 12〔国際〕を適用する。

2. 練習場および練習について

練習会場利用日程及び注意事項

練習会場	種目	10 月 24 日	10 月 25 日	10 月 26 日	備考
メイン競技場	トラック	12:45～17:00	7:15～8:15	7:15～8:15	①周回（アップ・ジョグ不可） 1～2 レーン 周回練習
					②ホームストレート 3～7 レーン 短距離 8～9 レーン ハードル
					③第 1 曲走路～バックストレート第 2 曲走路中央 3～7 レーン 短距離 8～9 レーン ハードル
	※芝生内は使用不可				
	走高跳	12:45～17:00	7:15～8:15	7:15～8:15	天候、状況によって制限あり 砂場の整地は練習者が行う
	棒高跳	12:45～17:00			
	走幅跳	12:45～17:00	7:15～8:15	7:15～8:15	
	三段跳	12:45～17:00	7:15～8:15	7:15～8:15	
砲丸投げ				砲丸投げはメイン競技場での練習を禁止とする	
補助競技場	トラック		7:15～16:30	7:15～16:30	
		※フィールド内は使用不可			
	走幅跳				天候、状況によって制限あり 砂場の整地は練習者が行う
	三段跳				
	砲丸投		7:15～17:00		
	投てき場	円盤投	12:45～13:45	15:15～17:00	7:15～11:30
ハンマー投		13:45～15:15	13:45～15:15	11:30～15:00	
やり投		15:15～17:00	7:15～13:45		

(1) 上記の日程表に従って練習する。

(2) 練習は、各チームの監督の管理のもと、指定された場所・時間帯で、事故防止に十分配慮して

行う。

- (3) 練習時間・練習場所は、天候、状況によって変更や制限をすることがある。
- (4) 練習会場には、出場競技者、監督、コーチ以外は立ち入らない。
- (5) 練習会場では、係員の指示に従って練習する。
- (6) 投てき器具の貸し出しは行わない。
- (7) 投てき用具を使用した練習は上記の時間・場所以外は認めない。特に、円盤投、やり投、ハンマー投の練習は注意すること。練習中は投げる前に必ず声をかけ、周囲の安全を十分に確認してから行う。
- (8) 本競技場芝生内でのウォーミングアップは禁止とする。
- (9) 雨天走路での練習は事故防止のため、逆走を禁止する。また、ハードル、牽引ロープ及びミニハードル等の用具の使用は禁止とする。

3. 競技場使用について

- (1) 本競技場は、全天候舗装である。スパイクシューズのピンの長さは、トラックでは 9mm 以下、フィールド（走高跳・やり投のみ）では 12mm 以下を使用すること。（競技場保護のため、先の尖ったピンの使用を極力控えること。）建物内ではスパイクで歩かないこと。
- (2) 出場競技者は競技役員の指示に従って入退場すること。
- (3) 本競技場敷地内は禁煙である。
- (4) 競技終了後は競技役員の指示に従い退場すること。正面スタンド前の通行は禁止する。

4. 招集について

- (1) 招集所は 100m スタート付近に設置する。
- (2) リレー種目については、全員揃って招集を受けること。
- (3) 各係の指示に従って、各出発地点及び各試技場等で最終点呼を受けること。
- (4) 棒高跳は現地招集とする。
- (5) 招集完了時刻に遅れた者は、棄権とみなす。
- (6) 同時進行種目への出場競技者は、あらかじめ「重複出場届」に必要事項を記入し、各競技招集開始時刻の 30 分前までに招集所に提出する。「重複出場届」は学連受付（正面玄関ロビー）、招集所において配布する。
- (7) リレーメンバーに関しては「日本陸上競技連盟競技規則 TR24.10」〔国際〕を適用し、リレー・チームのメンバーは、どのラウンドにおいてもその競技会のリレー競技または他の種目に申し込んでいる競技者であれば、誰でも出場することができる。最初のラウンドに出場した競技者は、その後のラウンドを通して、最大 4 人まで他の競技者と交代することができる。また、オーダーは、学連受付（正面玄関内）、招集所にて配布する「リレーオーダー用紙」に必要事項を記入して、各ラウンドの各組の公表された first call time（その時間までに競技者が招集所にいなければならない時刻）までに招集所に提出すること。

5. 欠場について

- (1) 競技者の欠場は、2025 年 10 月 24 日（金）15 時より長野市営陸上競技場会議室にて行う代表者会議で受け付けた者のみとする。なお、代表者会議に出席できない参加校は、10 月 23

日（木）23：59 までにEメールにより北信越学連事務局へ参加校ごとに代表者が纏めて申し出ること（個別の申告は認めない）。ラウンドや番組の変更の可能性があるため、事前に欠場が分かっている場合は必ず申し出ること。

- (2) 当日における棄権は、原則として認めない。当日やむを得ず欠場する者は、学連受付（正面玄関ロビー）にて「欠場届」に必要事項を記入し、招集開始 30 分前までに招集所に提出すること。

6. アスリートビブスについて

- (1) アスリートビブスは主催者が配付したものを使用すること。

※アスリートビブスは、第 99 回北信越学生陸上競技対校選手権大会で配付したものを使用すること。また、北信越 I C以降に登録した競技者は本大会で配付するアスリートビブスを使用すること。

- (2) アスリートビブスは、胸・背両面につける。ただし、跳躍競技においては、胸または背のどちらか一方でもよい。また、5000m、10000m、3000mSC、10000mW の出場者は、招集時に自身のアスリートビブスを持参し、配付される通し番号のアスリートビブスを胸・背両面につけること。
- (3) トラック競技出場者は、招集時に配付されるレーン番号の腰ナンバー標識をパンツ右側につけること。4x100m リレーは第 4 走者のみ、4x400m リレーは 2～4 走者が腰ナンバー標識をパンツ右側につけること。

7. 競技用器具について

- (1) 競技に使用する用器具は、すべて主管者側が用意したものを使用すること。ただし、投てき物一覧に記載のない投てき用具とポールについては、当日事前に検査を受け、使用許可を受けたものに限り個人所有のものを使用することができる。
- (2) 個人所有の投てき物は種目を問わず、下記に示す時間・場所で検査を受けて許可されたものでなければ使用できない。検査を受けた投てき物は借り上げ式とし、競技者全員が使用することができる。ポールの検査は最終コール終了後、現地で行う。

実施日	時間	場所
10月25日（土）	7:30～9:00	TIC（正面玄関）
10月26日（日）	7:30～9:00	TIC（正面玄関）

- (3) 競技用靴について、「日本陸上競技連盟競技規則 TR5」の規定（「競技用靴に関する規程」を含む）を十分に留意すること。必要に応じて、靴底の計測を行う。

8. 競技について

- (1) 競技中における助力は「日本陸上競技連盟競技規則 TR6」に則り規制される。これに抵触する場合は審判長から注意・警告をするが、是正されない場合はその種目から除外される場合がある。
- (2) 競技中における失格は「日本陸上競技連盟競技規則 CR18.5」ならびに「日本陸上競技連盟競技規則 TR7」に則り実施される。競技者がある種目で日本陸上競技連盟競技規則に定める競技者にあるまじき行為あるいは不適切な行為等、あるいは「日本陸上競技連盟競技規則 TR16.5」により 2 度目の警告を受けた場合は失格となる。特にスタートの遅延行為がこれに該当するた

め注意すること。もし、2 度目の警告が違う種目で行われた場合は 2 度目の種目で失格となる。

(3) トラック競技

①レーン順はプログラム記載通りとする。

②短距離走では、競技者の安全確保のため、フィニッシュライン通過後も自分に割り当てられたレーン（曲走路）を走ること。

③男子 100m は予選の記録上位 8 名で A 決勝を行い、記録上位 9～16 名で B 決勝を、記録上位 17～24 名で C 決勝を導入する。また、男子 200m は予選の記録上位 8 名で A 決勝を行い、記録上位 9～16 名で B 決勝を導入する。なお、B 決勝及び C 決勝の記録が A 決勝の記録を上回っても表彰の対象にはならない。

また、A 決勝の進出者が決勝を棄権しても B 決勝から A 決勝への繰り上げは行わない。同様に、B 決勝の進出者が決勝を棄権しても、C 決勝からの繰り上げは行わない。C 決勝の進出者が決勝を棄権した場合についても同様である。

④女子 800m、女子 1500m、男子 5000m、男子 3000mSC においてはタイムレース決勝を導入する。

⑤男女 5000m、男女 10000m はグループスタートで行う。

⑥男女 5000m、男女 10000m、男女 10000mW については時間制限を設ける。それぞれ以下に示した時間までに残り一周に到達しない場合はレースを打ち切ることとする。

	5000m	10000m	10000mW
男子	20 分	40 分	55 分
女子	25 分	45 分	60 分

(4) リレー競技

①4x100m リレーの競技者は、自らが用意した大きさが最大 50mm×400mm の粘着テープを 1 箇所、自らのレーン内に貼ることが許される。それ以外のマーカーの使用は認められない。その撤去は使用したチームが責任をもって行うこと。

②リレーに出場するチームは、同一のユニフォームを着用すること。

(5) フィールド競技

①フィールド競技における競技場内での練習は、すべて競技役員の指示に従うこと。

②跳躍種目及びやり投の競技者は、助走路の外側（走高跳は助走路内）に主催者が用意した規定のマーカーを 2 個まで置くことができる。ただし、走高跳のマーカーは競技者が用意すること。また、砲丸投・円盤投・ハンマー投についてはサークル直後あるいはサークルに接して、主催者が用意したマーカーを 1 つだけ置くことができる。これらの撤去は使用した競技者が責任をもって行うこと。

③三段跳の踏切板の位置は、男子は 12m、女子は 9m とする。

④棒高跳の競技者は、希望するアップライト位置を競技開始前に跳躍審判員に申し出ること。

⑤走高跳および棒高跳のバーの上げ方は下記の通りとする。

	練習	1	2	3	4	5	6	
男子走高跳	1m55	1m60	1m65	1m70	1m75	1m80	1m85	以後 3cm 刻み
男子棒高跳	2m90	3m00	3m20	3m40	3m60	3m80	4m00	以後 10cm 刻み
女子走高跳	1m25	1m30	1m35	1m40	1m45	1m50	1m55	以後 3cm 刻み
女子棒高跳	2m20	2m40	2m60	2m80	3m00	3m20	3m40	以後 10cm 刻み

(注) 第1位決定試技の際のバーの上げ下げは、走高跳は2cm、棒高跳は5cmとする。優勝が決まった後にバーを上げる場合は、競技者は当該審判員あるいは審判長に希望の高さを申し出てから高さを決定する。

9. 抗議について

競技進行中に起きた競技者あるいはチームの行為、または順位に関する抗議については、その競技者あるいはチームの監督が、その種目の結果の正式発表（アナウンス）後30分以内に、次のラウンドが行われる競技では15分以内に、学連受付（正面玄関ロビー）に申し出ること。その後、担当総務員を通して口頭で審判長に行う。その間抗議者は学連受付で指定する待機場所において待機すること。

10. 携帯電話等通信機器の持ち込みについて

ビデオ装置、レコーダー、ラジオ、CD、トランシーバーや携帯電話もしくは類似の機器を競技区域内で所持または使用することを禁止とする。

スマートフォン等の上記機器は競技区域内に持ち込めないので、出場種目の招集時に持参しないこと。

11. 表彰について

- (1) 表彰は各種目3位まで行う。該当する者は競技成績発表（アナウンス）終了後、表彰を行うので、**各学校の公式ジャージ等**を着用のうえ表彰待機場所（正面玄関ロビー）に集合し表彰係の指示に従うこと。該当者が他の競技に出場し、受賞出来ない場合は所属校から代理を出すこととする。その際に、表彰係に代理人であることを申し出ること。
- (2) 各種目4位～8位には賞状を授与するので、学連受付にて受け取ること。
- (3) 男子100m、200mは予選の記録上位8名で行うA決勝レースのみ表彰の対象とする。
- (4) 最優秀選手（男女各1名）、優秀選手（3名）にはトロフィーを授与する。

12. その他

(1) 応急処置について

競技中の事故等による身体の故障の場合、医務員が応急処置を行うが、その後の治療は本人または所属チームの責任で行うものとする。また、事故の結果について、本連盟は一切責任を負わないものとする。また、テーピングについて、競技中に捻挫等の故障をした場合は応急処置として医務員が対応するが、それ以外(怪我対策のテーピング等)は自己負担とする。