

第75回 東京都中学校地域別（区部東部・西部）陸上競技大会

競技注意事項

1 競技規則について

本競技会は2024年度日本陸上競技連盟競技規則並びに本競技会要項及び競技注意事項(本注意事項)により実施する。

2 競技者の事前準備

本競技会に参加する競技者は、以下の準備をしておくこと。

(1) 体温チェックについては、各家庭で検温し37.5℃以上の場合は来場を控えること。

(2) 「当日の持参物」の準備

競技に必要な物の他、タオル、ごみ袋、筆記用具、ADカード入れ首掛けホルダー、筆記用具、東京都中体連陸上競技専門部HPに掲載されるスタートリストを見て、自分の競技時間、競技順序、招集時間等を確認しておくこと。

3 競技場の入場及び競技者受付について

(1) 引率者はTIC(100mスタート後方に設置)にて受付を行い、競技者分のADカードとプログラムを受け取ること。

(2) 競技者は来場したら、引率者から競技者に発行されている当日分のADカードを受け取り、ADカードホルダーなどに入れて、入場の際には必ず掲示をすること。

(3) 競技場への入場に際し、競技役員の指示に従い行動すること。

(4) 競技場の開門時刻は、全日程とも8時00分とする。

(5) 競技者の入退場は以下の通りとする。

100mスタート後方の入退場口またはメインスタンド中央の出入り口とする。ADカードを掲示すること。

(6) 入場時にADカードを掲示すること。競技終了後はできる限り速やかに退場すること。指導者が競技者のウォーミングアップ時に芝生スタンドから指示することを認めるが、グラウンドレベルには下りないこと。

(7) 大会に出場する生徒及び出場生徒のサポートメンバー(各団体2名まで)以外の生徒は来場させないこと。

(8) 競技の参加にあたって

① ウォーミングアップ・招集等については、競技役員の指示に従うこと。

② ゴミは各自で持ち帰ること。

③ トイレは、メインスタンドのトイレ、200mスタート外側のトイレと公園のトイレが利用できる。

(9) プログラムに記載ミス(氏名、学年、所属等)があった場合には、競技開始の1時間30分前までに大会本部へ申し出ること。なお、プログラムの記載事項は、申し込みの際に送信されたデータをそのまま使用している。

(10) 氏名に外字を使用する生徒で、プログラムに表記されている常用漢字ではなく、賞状には外字の使用を希望する場合には、「外字登録申請ファイル」に必要事項を記入の上、朝9時までに大会本部に提出すること。

4 アスリートビブスについて

(1) アスリートビブスは、事前に発表されたスタートリストを確認し、各自で規格通りに作成すること。

(2) 胸と腰に確実に固定すること。(跳躍競技については、胸または背部のどちらか一方でよい。)

(3)トラック競技に出場する競技者は、スタートリストを確認して腰ナンバー標識(1枚)を各自で規格通りに作成し、右腰やや後方につけること。(リレー競技は、アンカーのみつける)

※アスリートビブス・腰ナンバー標識の規格は、大会日程要項を参照のこと。

5 ウォームアップおよび練習について

- (1) 練習は競技場内で行うことができる。競技役員（マーシャル・練習場係など）の指示に従い、指定された場所・時間の範囲内で行うこと。ただし、競技運営上、練習を制限することがある。練習中は各々が事故防止に万全を期すこと。
- (2) 競技区域内での練習は、本競技会に参加する競技者に限定する。
- (3) 周回レースが行われていない時間帯については、バックストレートを開放する。（但し、長距離種目実施中にはついては、使用制限がある。）
- (4) ハードルの設置については、以下のとおりとする。

1日目	共通男子 110mH	10:00～13:05	バックストレート
2日目	共通女子 100mH	10:45～13:55	

- (5) フィールド競技の練習は競技役員の指示に従って、招集完了後に各々の競技場で行う。
- (6) 練習に必要な用器具は主催者が準備する。個人で持ち込んだ用具を使用して練習場所を占有することを禁止する。

6 招集について

- (1) 競技者係は、100mスタート地点後方に設置する。
- (2) 各競技の招集開始時刻・招集完了時刻、リレーオーダー用紙の提出締切時刻は、タイムテーブルに記載のとおりとする。なお、リレーオーダー用紙は、招集所（競技者係）で準備しているものを使用し、招集所（競技者係）に**2枚**提出すること。
- (3) 招集の方法
 - ① 招集開始時刻に招集所で行う。競技者係の点呼を受けること。その際、アスリートビブス（旧ナンバーカード）・腰ナンバー標識・商標・靴底の厚さのチェックを行う。
 - ② リレーはユニフォームチェックを4人そろって招集所で行う。
 - ③ 招集完了時刻を超えた場合は、当該種目を棄権したものとして処理する。
 - ④ トラック競技とフィールド競技の2種目にエントリーしている場合には、招集所（競技者係）で申し出ること。※トラック競技が優先
- (4) 欠場について
本競技会を欠場する際は、本人または引率者・顧問を通じて、競技開始時刻の60分前までに競技者係へ申し出ること。

7 競技及び競技方法について

(1) トラック競技

- ① この大会は記録会方式とする。(予選・決勝は行わない。)
- ② トラック競技の計時はすべて写真判定装置を使用する。
- ③ レーン順はプログラム記載順どおりとする。空いたレーンがあってもつめないで行う。
- ④ 混成競技を除いて、一度でも不正スタートをした競技者は失格とする。また、スタートに関することは以下の通りとする。
 - 1 「On Your Marks」または「Set」の合図後、音声や動作、その他の方法で、他の競技者を妨害し、その結果、その競技者が他の競技者の不正スタートを生じさせた時には、イエローカードを提示する。

〈不正スタートとは、号砲前に「片足または両足がスターティング・ブロックのフットプレートから離れたり」、「片手または両手が地面から離れたり」することを含む、あるいはその動作の結果として離れることにつながるあらゆる動作」があった場合不正スタートとなる。〉

※1年生も同様の対応とする。

※混成競技においては、1回目の不正スタートをした競技者に黄黒カードが提示された後、他の競技者全員にも黄黒カードが提示される。以降、不正スタートをした競技者には赤黒カードが提示され失格となる。
 - 2 遅延行為(速やかに構えない、「セット」で速やかに静止しない等)をした競技者へは出発係が口頭にて注意を与える。(グリーンカードを掲示する)同一の競技者が同一レースで遅延行為を繰り返した場合は、スタート審判長がイエローカードを提示し警告を与える。(都中体連)「ぶるぶる」「ぷるぷる」と動いている場合は、その競技者に「注意」を与えてやり直す。
 - 3 イエローカードはその競技会内での累積とする。その競技会内で2度のイエローカードが与えられた場合は、レッドカードを提示され競技会から除外される。
 - 4 リレー競技において除外処分を受けた場合、当該チームは失格となるが、個人種目への出場は妨げられない。個人が除外処分を受けたら、その後のリレーには出場できない。
 - 5 不正スタートにつながる動きや懲戒事項(TR16.5.1 16.5.2 16.5.3)につながる動きが無ければ、レースを中断したり、打ち戻したりしない。従来の「Set」の後に局所的な動きがあった場合のやり直しは、今年度のルール改正により、局所的な動きがあったとしても静止が確認されれば、スタートさせる。に変更となった。

☆顧問の先生へお願い☆

スタートのやり直しは、競技の進行にとって大きな妨げとなるだけでなく、他の競技者にも迷惑をかけます。レースが一回でスタートできるように、学校での練習においてスタートのタイミング等について十分ご留意ください。
- ⑤ 短距離走・ハードル走・リレーにおいて、スターティングブロックの使用を義務づける。
- ⑥ 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。 (ほかの競技者との接触を避けるため)
- ⑦ 800m、1500m競走はオープンスタートとする。
- ⑧ 3000m競走はグループスタートとする。
- ⑨ 3000m競走では10分20秒、1500mでは4分40秒を過ぎた競技者は、次の周回を走ることとはできない。
- ⑩ トラック競技とフィールド競技に同時に出場する競技者は、トラック競技を優先するので、必ずフィールド競技の審判員に申し出て、トラック競技終了後ただちにフィールド競技に戻る。また、招集所で2種目に出場することを必ず申し出ること。(ラウンド内に戻らないとパス扱いとする)
- ⑪ リレーメンバーは、申込一覧表に申込んだ6名以内とする。(都中体連ルール)
- ⑫ リレーで使用するマーカーは各校(学校名を記入)で用意し、レース終了後必ずはがすこと。
- ⑬ 共通リレーに出場する4名は、統一された服装で競技に参加すること。
- ⑭ ハードル競技は、以下の規格で行う。

	高さ	インターバル	台数
共通男子110mH	0.914m	13.72m-9.14m・・・14.02m	10台
共通女子100mH	0.762m	13.00m-8.00m・・・15.00m	10台

(2) フィールド競技

- ① 跳躍種目の競技者は、助走路の外側（走高跳は助走路内）にマーカーを2個まで置くことができる。
- ② 走高跳のバーの上げ方は、以下のとおりとする。（天候等により変更することもある）

種目	練習	競技
共通男子 走高跳	1 m 40 or 1 m 58	1 m 43 48 53 58 63 67 70 73 … 以降 3cm ずつ
共通女子 走高跳	1 m 15 or 1 m 38	1 m 20 25 30 35 38 41 44 47 … 以降 3cm ずつ

- ③ 投てき用具は、以下の規格を用いる。
【男子】共通砲丸投 5.000 k g 【女子】共通砲丸投 2.721 k g
- ④ 走幅跳・砲丸投の試技は一人3回とし、すべて測定を行う。

(3) 抗議について

競技の結果または競技進行中に起きた競技者の行為に関する抗議は、競技結果が放送発表されてから30分以内に、引率顧問がTICに申し出ること。（当該校が認める部活動指導員は、証明する書類等を持参している部活動指導員に限る。）審判長が再度検証し、担当総務員を通じて裁定を伝える。

(4) 助力

- ① 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場内に持ち込むことはできない。
- ② 競技者が競技場所を離れる場合は、競技役員に申し出なければならない。
- ③ 競技中に競技場内グラウンドレベルから助言（指導）を行うことは禁止する。メインスタンド1列目まで、AゾーンとBゾーンアウトフィールド付近に区画された範囲をコーチングエリアとする。
- ④ フィールド種目に出場している競技者が、コーチングエリアから録画されたそれ以前の映像を見るために、コーチングエリアの近辺であれば競技区域内に持ち込むことができる。また、映像を確認するために録画再生機器（スマートフォン・ビデオカメラ等）を手にしても良い。招集所からの持ち込みは認められない。

8 用器具について

競技に使用する用器具は、すべて競技場備え付けのものを使用する。ただし、棒高跳用ポールは、個人所有のものが使用できる。

9 競技用靴について

- (1) スパイクピンの長さは9mm以内とし、走高跳は12mm以内とする。いずれの場合もスパイクピンの数は11本以内とする。
- (2) World Athletics(WA)が承認したシューズリストでNoと記載されている靴については使用できないので各自確認すること。 <https://certcheck.worldathletics.org> → → →
- (3) 靴底の厚さについては、TR5及び「競技用靴に関する規定」に準じる。なお、中学生のフィールド種目（投てき種目）については、靴底の厚さに関する規定を適用しない。よって、国内でのみ通用する記録として取り扱われる。
- (4) 使用された靴に関して、審判長が疑義を抱いた場合、競技終了後に提出を求めることがある。
- (5) 靴底が20mmを超え、WAのシューズリストに掲載が無い場合の記録は公認記録とならない。



10 表彰について

- (1) 各種目の上位記録1位～8位までの入賞者（チーム）には賞状を授与する。但し、地域変更により参加している学校は、8位入賞者と同等の記録を出した者（チーム）に別途、賞状を授与する。競技終了後、引率者がTICに取りに来ること。

11 製造会社のロゴ、ブランド名、デザインマークのついた衣類やバッグ類等について

競技場に製造会社のロゴ、ブランド名、デザインマークのついた衣類やバッグ類等を持ち込む場合、「競技会における広告および展示物に関する規定」を遵守すること。競技役員から指摘・指導された場合は、その指示に従い、必ずテープを貼って隠すこと。

1.2 総体・通信陸上大会への出場について

- (1) 総体・通信陸上大会への出場権は、本大会で標準記録を突破した者および各種目8位入賞者（地域変更で参加している者は、8位入賞者と同等の記録を出した場合）に与えられる。但し、共通男女・走高跳・四種競技・円盤投の種目においては、標準記録を突破した者に限る。100m・200m・400m・ハードル競技の条件は別に定める。
- (2) 総体・通信陸上大会への参加標準記録突破者は一覧表を中体連HPに掲載するので、そちらを確認すること。
- (3) 100m・200m・400m・ハードル競技のみ、総体・通信陸上大会への出場権は、東西地区の8位入賞者および両地区を合わせた9位以降、上位8名以内の者（地域変更で参加している者は、これと同等の記録を出した場合）に与えられる。 ※8人目が同記録の場合は全員に資格を与える。

1.3 全国大会の出場について

3・4日目に行われる四種競技に限り、全国大会参加標準記録を突破した者は、全国大会参加資格を得ることができる。

1.4 競技場使用上の注意

- (1) フィールド内の芝生は使用禁止となっているので入らないこと。
- (2) 更衣室は使用禁止とする。各自更衣を済ませてくること。
- (3) 貴重品や衣類の管理は各自で行い、盗難防止に努めること。
- (4) ごみ類は必ず持ち帰ること。（競技場周辺や駅、コンビニ等に捨てないこと）なお、割り当ての区画の整備は、各支部で責任をもっておこなうこと。
- (5) 競技場内の整備に努めること。トイレは清潔に使用すること。
- (6) 本部前は通行禁止とする。また、セーフティーコーン設置場所には絶対に入らないこと。
- (7) グランドレベルでの飲食およびビン・カン類の持込を禁止する。（但し、跳躍選手および投てき選手においては水分補給のための水筒の持ち込みを認める。）
- (8) 競技場への往復の行動には十分注意すること。

1.5 その他

- (1) 競技中の事故については主催者で応急処置をするが、以後の責任は負わない。
- (2) 引率の先生方には競技役員として協力をお願いします。
- (3) 記録はその都度、アナウンスおよび記録結果携帯速報サイトに発表する。記録の貼り出しは行わない。
- (4) 大会プログラムは残部がある場合に限り、TICにて販売する。
- (5) 記録証は、1部300円で発行する。希望者は各日ともに15時00分までにTICにて申し込むこと（それ以降の時間の競技の記録証は予約すること）。
- (6) 届けられた遺失物については、大会当日のみTICで保管する。その後一時保管（P.11参照）するが、その他の盗難および紛失に関しては一切責任を負わない。5月19日～6月2日までとする。保管期間を過ぎたものは処分する。
- (7) 競技場の開門時間・主任・顧問打合せについて
1日目★開門時間 8時00分 ★主任打合せ 9時00分 ★顧問打合せ 9時30分
2日目★開門時間 8時00分 ★主任打合せ 8時40分 ★顧問打合せ 9時00分
- (8) **撮影は、引率者・保護者ADカードを所持している者のみとし、生徒は撮影できない。**また、撮影禁止区域ではADカードの有無に関わらず撮影をしないこと。（短距離、リレー競技スタート後方、走高跳、走幅跳の正面、他役員の指示した場所）引率者・保護者ADカードは写真撮影許可書にもなっているため、場内では必ずADカードが見える位置に携行すること。
- (9) ADカードを発行された関係者が競技場内に入場できるが、保護者の観戦はメインスタンドの指定された区画とし、選手の待機区画等の往来は不可とする。

第75回東京都中学校地域別（区部）陸上競技大会の記録結果携帯速報サイトをご利用ください。

競技終了後に、次のサイトにアクセスすれば、ご覧になれます。

<http://gold.jaic.org/jaic/member/tokyo/cyuugaku/index.htm>

QRコードもご利用ください。



競技会コード 24 13 3501 競技場コード 132080