

## 競 技 順 序

集合時間	種 目 (組数)	競技開始時間	種 目 (人数)	集合時間
9 : 1 5	6 0 m (6組)	9 : 3 0	走幅跳 (16名)    ハンマー投 (13名)	9 : 1 0
9 : 5 5	1 5 0 0 m (2組)	1 0 : 1 0		
1 0 : 2 5	4 0 0 m (3組)	1 0 : 4 0		
1 0 : 5 5	80mH・100mH (4組)	1 1 : 1 0	走高跳 (2名)    やり投 (13名)	1 0 : 5 0
1 1 : 2 5	2 0 0 m (5組)	1 1 : 4 0		
1 2 : 2 5	8 0 0 m (2組)	1 2 : 4 0	砲丸投 ( 19名)	1 2 : 2 0
1 3 : 0 5	5 0 0 0 m (1組)	1 3 : 2 0	三段跳 (12名)	
1 3 : 4 5		1 4 : 0 0	円盤投 (25名)	1 3 : 4 0
1 4 : 0 5	1 0 0 m (9組)	1 4 : 2 0		
1 5 : 0 5	4 0 0 mR (1組)	1 5 : 2 0		

※ 8:30より開会式を行いますので、選手全員が、ご参加下さい。

## 競 技 者 注 意 事 項

1. 規則について
 

本大会は2024年度、(公財)日本陸上競技連盟規則及び(公社)日本マスターズ陸上競技連合規定を準用して実施するほか、大会申し合わせ事項を適用し、運営します。
2. 選手の受付は、メインスタンド内にて行います。(プログラム等を受けること) 10時まで受け付けを完了下さい。
3. 開会式について
 

開会式は、8時30分より行いますので、選手全員の参加をお願い致します。
4. 選手の招集方法は、次のとおりです。
  - (1) 集合場所は、トラック種目はスタート地点、フィールド種目は各種目のピット、及びサークル等の付近とする。
  - (2) 招集完了時刻は、競技開始時刻の、トラックは15分前、フィールドは、20分前とする。
  - (3) 出場者以外の代人による招集は認めない。
 

ただし、招集時刻に他種目に出場しているなど、特別の事由に限り代人を認める。  
この場合は、必ず担当の係(主任)に申し出ること。
  - (4) 招集完了時刻に遅れた者は、棄権と見なす。
5. トラック競技においては、各自のレーン番号(腰番号)を右腰部に取り付けること。  
腰のNo.は、フィニッシュ後方付近に準備してある。  
競技終了後は直ちに元の場所に返却すること。
6. 競技について
  - (1) 競走競技では、『ON YOUR MARKS』、『SET』の言葉を用いる。
  - (2) 競走競技の不正スタートは、不正スタートした競技者は、すべて失格とする。
  - (3) トラック競技の走路順、フィールド競技(跳躍関係)試技の順については、プログラム記載通りとします。投てき競技については、用器具の関係上大会総務が指定した順とします。
  - (4) 走幅跳・三段跳の踏切板は、各年齢を考慮し跳躍審判主任の状況判断により砂場までの距離を決定します。踏切板のない時は、白線を引いて踏切板とします。(踏切板の距離は、各自申告して下さい)
  - (5) 走高跳最初の高さは、跳躍審判主任の状況判断により決定します
  - (6) 距離を競うフィールド競技の試技数については、ベスト8を決めるまでは、3回以内とする。  
ただし決勝については、試技数1回とする。
7. 長距離種目に制限時間を設けます。  
制限時間を適用する場合～最後まで歩かずに完走する事。(歩いた場合は、制限時間を適用し制限時間過ぎた場合は、新しい周回に入れません)  
**(5000m30分)**