

競技注意事項

1. 競技規則について

本大会は2022年度日本陸上競技連盟競技規則、日本マスターズ陸上競技連合競技規則および本大会申し合わせ事項により行う。(注)2022年度の陸連規則の修正項目はこれを適用しない。

2022年1月1日に改正されたWA競技規則TR5と、新たな「競技用靴に関する規定」に基づき、靴底の厚さのチェックは実施しない。ただし、審判長はいつでもシューズチェックする権限を持ち、参加者はその指示に従わなければならない。競技後シューズの違反が認められたときは「失格扱い」となり、記録が取り消される場合がある。(スパイクピンのチェックは一次招集時に行う。)

靴底の厚さに関する規定(TR5.13.3)表

種目	靴底最大の厚さ TR5.、TR5.13.3	要件・備考
フィールド競技(除:三段跳)	20mm	投てき種目と三段跳を除く跳躍種目に適用する。 全フィールド種目で、靴の前の部分の中心点の靴底の厚さは、踵の中心点の靴底の厚さを超えてはならない。
三段跳	25mm	靴の前の部分の中心点の靴底の厚さは、踵の中心点の靴底の厚さを超えてはならない。
トラック種目 (ハードル種目を含み、800m未満の種目)	20mm	リレーにおいては、各走者が走る距離に応じて適用する。
トラック種目 (障害物競走を含み、800m以上の種目)	25mm	リレーにおいては、各走者が走る距離に応じて適用する。
競技場内で行う競歩	40mm	
道路競技(競走・競歩)	40mm	

なお、本大会はフィールド競技シューズ規則(上記)の適用を除外する。

2. 競技場について

① 競技者・付添等関係者の最初の入場は出場種目開始時刻の2時間前からとし、1F正面入口のみとする。その際、選手証(リストバンド)の交付を受けること。

ただし、10時10分までの競技開始種目については、8時30分からとする。入場可能時刻については、正面入口に掲示するので留意すること。

② 再入場・退場はマラソングートのみとし、選手証(リストバンド)を競技役員に提示すること。正面玄関は開放しない。

③ 無観客競技会として開催するので、正面2Fメインスタンド入口は開放しない。ただし、メインスタンドは選手および付添者の待機場所として使用する。サイドの土盛スタンドおよびバックスタンドへの立入・使用は禁止とする。

④ 競技場内外での場所取りは禁止する。

3. 更衣について

- ① 競技者の更衣用として、更衣室を男女別に各1室を開放する。
- ② 更衣室内の使用は10人までとし、更衣後は直ちに退出すること。なお、マスク着用のうえ会話はしないこと。更衣した荷物を置かないこと。
- ③ シャワー室の使用は禁止する。

4. 練習について

- ① トラック種目の練習用に、バックスタンド裏側練習場を開放する。走る方向は北から南の一方向とし、逆走は禁止する。
- ② 投てき種目の練習は競技開始前に役員の指示に従い、投てき場内で行うこと。

5. 招集について

- ① 1次招集 招集場所：(室内練習場内)
 競技開始時刻の2時間前～1時間前までに「体調管理チェックシート」を提出し、アスリートビブス・スパイク等の確認を受けることで一次招集完了とする。
 (注) 競技運営の都合上、競技者の入場は8時30分からとなるので留意すること。
 2種目に出場する者は、1種目目と同時に2種目目の1次招集を受けること。

- ② 2次招集 招集場所：現地(トラック種目：スタート地点、フィールド種目：競技場所)

	トラック	フィールド
開始時刻	20分前	40分前
完了時刻	10分前	30分前

- ③ 1次、2次招集に遅れた競技者は欠場として処理する。
- ④ 競技者は、プログラムに記載されたアスリートビブスで出場すること。変更はできない。
 ただし、5000m、3000m、3000mWは、別ナンバーカードを使用する。
- ⑤ 欠場する競技者は、事前に届け出ること。

6. 競技について

- ① トラック競技の出場者は1次招集場所でシール付き腰ナンバー標識を受け取り、右腰に貼る。
- ② 男女5000mはグループスタートで行う。
- ③ 800mはオープンスタートで行う。
- ④ 5000mは28分、3000mは18分、3000mWは25分で次の周に入ることにはできない。
- ⑤ スパイク・ピンは全天候舗装競技場では「9mm」以下を使用すること。ただし、「走高跳・やり投」については「12mm」以下とする。ピンの本数は「11本」以内とする。
- ⑥ 走高跳および棒高跳を除くフィールド競技において、3回目までの試技によって、各クラスベスト8(同記録の者が複数ある場合はその全て)を選出し、追加の試技を行う。ベスト8の試技回数は1回とする。
- ⑦ 走幅跳、三段跳および立五段跳のピットは、Aピットをスタンド側、Bピットをトラック側とする。
- ⑧ 走高跳および棒高跳のバーの上げ方は、別表3・4を基準とし、審判主任の指示に従う。
- ⑨ 走幅跳、三段跳および立五段跳の踏切位置は下表のとおりとする。

種目	男女別	踏切位置
走幅跳	男・女	1m、2m
三段跳	男子	5m、7m、9m、11m、13m
	女子	5m、7m、9m、11m

立五段跳	男子	5m、7m、9m、11m、13m
	女子	5m、7m、9m

⑩ 投てき競技の公式練習は2回とする。ただし、ハンマー投は1回とする。

7. 免責事項について

- ① 競技中に生じた事故について、応急処置の他一切の責任を負わないので、各自傷害保険等に加入しておくこと。
- ② 競技会に関わる全ての人の感染に対する一切の責任を負わない。
- ③ 会場内での紛失・盗難などについて、一切の責任を負わない。

8. その他

- ① トラック競技でフィニッシュした競技者は本部前を通らないこと。
- ② 記録は、WEB ページ(大阪マスターズホームページ)で確認すること。記録ボードは設置しない。
- ③ 声を出しての応援は禁止する。
- ④ すべての競技者は、競技中もしくは試技中以外はマスク着用を徹底し、競技終了後に手洗い・消毒を行うこと。
- ⑤ 横断幕、のぼりの設置は禁止する。
- ⑥ ごみ箱は設置していないため、ごみ等は必ず持ち帰ること。
- ⑦ アスリートビブスがない場合、番号布を販売(1枚100円)するので、各自で作成すること。
- ⑧ スタートリスト記載もれや訂正は大会本部まで申し出ること。
- ⑨ 盗難が多発しているため貴重品は各自で保管するなど持ち物の管理には注意すること。
- ⑩ 長居公園の園路は周辺住民の生活道路となっており、特に正面入口前の通路は多くの方が利用されている。シートを敷いて座り込む、園路をふさいで集合するなど、他の公園利用者の通行の妨げとなる行為をしないこと。また、ウォーミングアップや移動の際も邪魔にならないよう注意すること。

<別表1> ハードル競技の種目別基準

(注) 今大会の競技種目対象分のみ掲載

		種目	クラス	高さ	台数	1台目まで	間隔	最終まで
男	ショート	110mH	M-24~M30	1.067m	10	13.72m	9.14m	14.02m
		110mH	M35~M45	0.991m	10	13.72m	9.14m	14.02m
		100mH	M50~M55	0.914m	10	13.00m	8.50m	10.50m
		100mH	M60~M65	0.840m	10	12.00m	8.00m	16.00m
		80mH	M70~M75	0.762m	8	12.00m	7.00m	19.00m
子	ロング	400mH	M25~M45	0.914m	10	45.00m	35.00m	40.00m
		400mH	M50~M55	0.840m	10	45.00m	35.00m	40.00m
		300mH	M60~M65	0.762m	7	50.00m	35.00m	40.00m
女子	ショート	100mH	W25~W35	0.840m	10	13.00m	8.50m	10.50m
		80mH	W40~W45	0.762m	8	12.00m	8.00m	12.00m
		80mH	W50~W55	0.762m	8	12.00m	7.00m	19.00m
	ロング	400mH	W25~W45	0.762m	10	45.00m	35.00m	40.00m
		300mH	W50~W55	0.762m	7	50.00m	35.00m	40.00m

<別表 2>投てき用具の最小重量基準

	クラス	砲丸・ハンマー	円盤	やり	重量
男子	M-24~M45	7.260 kg	2.0 kg	800g	15.88 kg
	M50~M55	6.0 kg	1.5 kg	700g	11.34 kg
	M60~M65	5.0 kg	1.0 kg	600g	9.08 kg
	M70~M75	4.0 kg	1.0 kg	500g	7.26 kg
	M80+	3.0 kg	1.0 kg	400g	5.45 kg
女子	W-24~W45	4.0 kg	1.0 kg	600g	9.08 kg
	W50~W55	3.0 kg	1.0 kg	500g	7.26 kg
	W60~W70	3.0kg	1.0 kg	500g	5.45 kg
	W75	2.0 kg	0.75 kg	400g	4.00 kg
	W80+	2.0 kg	0.75 kg	400g	4.00 kg

<別表 3>走高跳のバーの上げ方基準

性別	クラス	バーの高さ			
		練習	走高跳バーの上げ幅		
男子	M-24~M30	1.35m	1.40m	1.45m	以後 5 cm 刻み
	M35	1.35m	1.40m	1.45m	
	M40	1.25m	1.30m	1.35m	
	M45	1.25m	1.30m	1.35m	
	M50	1.20m	1.25m	1.30m	
	M55	1.10m	1.15m	1.20m	
	M60	1.00m	1.05m	1.10m	
	M65	1.00m	1.05m	1.10m	
	M70	0.95m	1.00m	1.05m	
	M75	0.95m	1.00m	1.05m	
	M80~	0.95m	1.00m	1.05m	
女子	W-24~W25	1.20m	1.25m	1.30m	以後 3 cm 刻み
	W30	1.20m	1.25m	1.30m	
	W35	1.10m	1.15m	1.20m	
	W40	0.95m	1.00m	1.05m	
	W45	0.85m	0.90m	0.95m	
	W50	0.85m	0.90m	0.95m	
	W55	0.80m	0.85m	0.90m	
	W60	0.80m	0.85m	0.90m	
	W65	0.75m	0.80m	0.85m	
	W70	0.75m	0.80m	0.85m	
	W75	0.75m	0.80m	0.85m	
	W80~	0.75m	0.80m	0.85m	

<別表 4>棒高跳のバーの上げ方基準

性別	クラス	バーの高さ			
		練習	棒高跳バーの上げ幅		
男子	M-24~M30	2.60m	2.70m	2.80m	以後 10 cm 刻み
	M35	2.60m	2.70m	2.80m	
	M40	2.40m	2.50m	2.60m	
	M45	2.30m	2.40m	2.50m	
	M50	2.10m	2.20m	2.30m	
	M55	1.90m	2.00m	2.10m	
	M60	1.70m	1.80m	1.90m	
	M65	1.70m	1.80m	1.90m	
	M70	1.70m	1.80m	1.90m	以後 5 cm 刻み
	M75	1.70m	1.80m	1.85m	
	M80~	1.70m	1.80m	1.85m	
女子	W-24~W25	1.60m	1.70m	1.80m	以後 10 cm 刻み
	W30	1.60m	1.70m	1.80m	
	W35	1.60m	1.70m	1.80m	
	W40	1.50m	1.60m	1.70m	
	W45	1.40m	1.50m	1.60m	
	W50	1.40m	1.50m	1.60m	
	W55	1.40m	1.50m	1.60m	
	W60~	1.40m	1.50m	1.60m	以後 10 cm 刻み

(注) 表 3、4 は、全日本マスターズ陸上競技選手権大会における基準

ヤンマーフィールド平面図

