

競 技 順 序

【トラックの部】

順序	種 目	組	競技開始	コール時間
1	110mハードル(中学男子)	2	9:15	8:35 ~ 8:55
2	110mハードル(高校男子)	1	9:20	8:40 ~ 9:00
3	110mハードル(一般男子)	1	9:25	8:45 ~ 9:05
4	100mハードル(中学女子)	3	9:35	8:55 ~ 9:15
5	800m (男子)	5	9:50	9:10 ~ 9:30
6	800m (女子)	3	10:10	9:30 ~ 9:50
7	200m (男子)	12	10:25	9:45 ~ 10:05
8	200m (女子)	5	11:00	10:20 ~ 10:40
9	1500m (男子)	5	11:20	10:40 ~ 11:00
10	1500m (女子)	1	12:00	11:20 ~ 11:40
小学生受付 11:00から12:30まで				
11	100m (少年少女)		12:50	腰ナンバー配布12:40
12	100m (男子)	21	13:00	12:20 ~ 12:40
13	100m (女子)	14	14:00	13:20 ~ 13:40
14	5000m (一般男子)	1	14:35	13:55 ~ 14:15
15	4×400mリレー(一般男子)	1	14:55	12:55 ~ 13:55

【フィールドの部】

順序	種 目	競技開始
1	走幅跳(男子) ABピット	9:30 8:30 ~ 8:50
2	砲丸投(男子)	9:30 8:30 ~ 8:50
3	走高跳(男子)	9:30 8:30 ~ 8:50
4	砲丸投(女子)	11:00 10:00 ~ 10:20
5	走幅跳(女子) ABピット	12:00 11:00 ~ 11:20
6	走高跳(女子)	11:30 10:30 ~ 10:50
7	円盤投げ(男子)	13:00 12:00 ~ 12:20
8	三段跳(男女)	14:00 13:00 ~ 13:20

競技者注意事項

- 1 競技は、2019年度日本陸上競技連盟規則及び本大会申合せ事項によって行う。
- 2 第1コールは、召集所でトラック競技は開始40分～20分前までの間に、必ず行い、
最終コールは、競技開始前10分に競技地点で行う。
尚、跳躍、投擲競技は競技開始60分前から40分前の間に一次コールを行う。

リレー競技に出場するチームは、リレーオーダー用紙1部を競技開始1時間前までに召集所に提出する
その際メンバーのナンバーカードを確認するため4人そろって召集所で受け付けてください。

- 3 スパイクピンの長さは、7mm以下とする。
- 4 ナンバーカードは、2枚をユニホームの胸と背に結着すること。ただし、跳躍競技は片方でよい。
なお、ナンバーカードは、競技終了後、本部に必ず返却のこと。
- 5 トラック種目では、腰用のナンバーカードを右腰後方につけること。(競技者係で配布する。)
- 6 競技中の疾病、傷害などの応急処置は主催者側で行うが、最終責任はチーム及び本人とする。
- 7 プログラムに誤記がある場合には、競技開始前までに本部に申し出ること。
- 8 競技マナーを守り、ゴミの処理、貴重品の管理に留意し、ゴミは持ち帰ること。
- 9 砲丸の規格 中学男子-5.00kg 中学女子-2.725kg
高校男子-6.00kg 一般男子-7.265kg 一般女子-4.005kg
円盤の規格 一般男子 2.000kg
- 10 グラウンド内での飲食等は禁止します。
- 11 競技運営上著しく遅れた者は、競技を途中で中止させることもあります。