

監督選手参加上の注意

- 1 規 則
本大会は、平成23年度日本陸上競技連盟規則ならびに、本大会の要項により実施する。
 - 2 召集時間
 - ① 召集完了時間は次の通りとする。
トラック競技 競技開始時間の30分前
フィールド競技 競技開始時間の30分前
 - ② 召集時間に遅れた者は棄権と見なし、出場は認めない。
 - ③ 最終召集は必ず本人がすること。
 - ④ 他種目と兼ねて出場する者は、競技者係か、当該種目の主任に申し出ること。
 - ⑤ 召集完了者の競技場の入場は係員の指示に従うこと。
 - 3 ナンバーカード
指定の番号とし、規格に合ったものを作成し、ユニフォームの胸背部に確実に着けること。
 - 4 トラック競技
 - ① トラック競技の全てをタイムレースとする。
 - ② リレー競技は、予め登録した中の4名が走ること。
 - ③ 男子リレーの走順は、年齢の高い方からとする。
 - ④ 女子リレーは年齢種別や走順はオープンとする。
 - ⑤ リレーのオーダー票は競技開始1時間前に提出すること。
 - 5 フィールド競技
 - ① フィールド競技は全て試技3回とする。
 - ② 砲丸投げの重さは次の通りとする。
- | | | | | |
|----|--------|---------|----------|---------|
| | 29歳以下 | 30歳代 | 40歳代 | 50歳代 |
| 男子 | 7.26kg | 7.26 kg | 5.443 kg | 4.0 kg |
| 女子 | 4.0 kg | 4.0 kg | 4.0 kg | 2.72 kg |
- 6 表 彰
 - ① 総合は3位、個人は第1位を表彰する。
 - ② 得点は、1位8点、2位7点・・・・・・8位1点とする。
 - ③ 団体得点が同点の場合は、上位入賞の多い方を上位とする。
 - 7 その他
 - ① スパイクのピンの長さは9mm以下とする。
 - ② 物品は各自で管理し、盗難防止に努めること。
 - ③ ゴミは各自で処理し、持ち帰ること。