

2020年度 第3回奈良市陸協記録会

8月29日(土)

<競技注意事項>

★本大会は、2020年度日本陸上競技規則並びに、本大会申し合わせ事項によって行う。

★トラック競技について

- ・召集は現地において20分前に行う。
- ・不正スタートを行った競技者は一回で失格となる。(四種競技を除く)
- ・100m.200m.400m.ハートル競技、リレー競技(混成競技を含む)については、写真判定装置を使用するので、自分の走るレーンの数字が書かれた白テープを右腰の体側から後ろにかけてつける。(100mスタート付近で準備)
- ・800m.1500m.3000mについては、補助競技場で写真判定で行うが、ゴールの後、順位の確認を受けること。レーンナンバーの書かれた白テープを右腰に貼り付けること。
- ・中学生の短距離種目では、スタート前の練習は禁止とする。スターティングブロックを合わせた後、後方に下がり合図を待つこと。高校の短距離種目でも、スタート練習は10m程度とし、競技進行に協力すること。

★跳躍競技について

- ・召集は現地において20分前に行う。
- ・走高跳における、バーの上げ方
中学男子…1m30-35-40-45-50-55-58-61…55より3cmずつ
中学女子…1m20-25-30-35-40-45-48-51-54…以降3cmずつ
高校男子…1m50-55-60-65-70-75-80…2m00より3cmずつ
高校女子…1m35-40-45-50-55-58-61…以降3cmずつ
- ・男女走幅跳、三段跳については、3回目までに下記の記録を超えた者は、後3回の試技が出来る。

	中学男子	中学女子	高校男子	高校女子		
走幅跳	5m20	4m40	6m00	4m60		
三段跳	—	—	13m00	9m50		

★投てき競技について

- ・召集は現地において20分前に行う。
- ・3回目までに下記の記録を超えた者は、後3回の試技が出来る。

	中学男子	中学女子	高校男子	高校女子		
砲丸投	9m50	10m00	10m00	9m00		
円盤投	25m00	25m00	25m00	25m00		
やり投	—	—	35m00	25m00		

- ・ヤリの検定は、12:00~13:00主競技場、本部席において行う。

★その他、注意事項

- ・スタンドには絶対にスパイクで昇らないこと。
- ・レーンナンバーテープは使用后、必ず元の位置に戻すこと。
- ・メイン競技場芝生内は全面立入禁止とする。
- ・ゴミは各参加校、参加団体で持ち帰ること。
- ・スタンド、トイレ等にゴミを放置しないこと。