

② 陸上競技

1 期　　日 令和7年7月6日（日）
開始式8：30 監督会議8：40 競技開始9：30

2 会　　場 東公園陸上競技場

3 競技規則 令和7年度日本陸上競技連盟規則による。
ただし、申し合わせ事項を優先する。

4 競技方法 ○男子の部・・13種目

- 100m、200m、800m、3000m、400mR
- 40歳以上100m、50歳以上60m
- 砲丸投げ（一般・50歳以上）、走幅跳、走高跳
- 50歳以上ボール投げ、50歳以上立幅跳

○女子の部・・8種目

- 100m、200m、1500m、400mR
- 砲丸投げ、立幅跳、走高跳、ボール投げ

5 申込人員 1種目1名 監督1名
(1人2種目以内 但し、リレーは除く)

6 そ の 他

- ・選手は、胸背部に各地区名入りのナンバーカードをつける。
(地区名入りユニフォームであってもナンバーカードをつける。)
但し、走高跳は背部のみでもよい。
- ・スパイクの使用は認める。（競技場は全天候型につき、スパイクの針の長さは9mm以下を使用する。）
- ・抗議は監督のみ審判長に対してできる。（次の種目開始までに行うこと）
- ・選手変更、棄権は地区代表者が9:00までに本部にて行う。召集はスタート地点にて競技開始の10分前に行う。
- ・トラック競技とフィールド競技に選手が兼ねる場合は、トラック競技を優先とする。
- ・年齢制限など違反が判明した場合は本人のみ失格とする。
※年齢の基準日は4月1日現在とする。
- ・荒天時の場合は中止に致します。（小雨決行）
※雨天時は午前7時に各地区へ開催もしくは中止の連絡をいたします。
- ・参加者が少ないレースは2組を合わせて1組で行う場合があります。
- ・トラック競技は予選を行わず、タイムレース決勝とする。

② 陸上競技

タイムテーブル

時間	トラック	フィールド
9:30	一般男子 100m	9:30~ 一般男子 走幅跳 一般女子 走高跳 一般男子・50歳以上 砲丸投
9:35	一般女子 100m	
9:40	40歳以上男子 100m	
9:45	50歳以上男子 60m	
9:50	一般男子 3000m	9:50~ 一般女子 砲丸投 一般男子 走高跳 一般女子 立幅跳
10:10	一般女子 1500m	
10:20	一般男子 200m	
10:30	一般女子 200m	
10:40	一般男子 800m	10:10~ 50歳以上男子 立幅跳 一般女子 ボール投げ
11:10	一般女子 400mR	
11:20	一般男子 400mR	

【全体】

役員受付	7:00
役員打ち合わせ	8:00
開始式	8:30
監督会議	8:40
競技終了	11:30
閉会式	11:40