

## 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～ 一般女子 砲丸投 一般男子 走高跳 一般女子 立幅跳
9:50	一般男子 3000m	
10:10	一般女子 1500m	
10:20	一般男子 200m	10:10～ 50歳以上男子 立幅跳 <del>一般女子</del> <del>ボール投げ</del>
10:30	一般女子 200m	
10:40	一般男子 800m	
11:10	一般女子 400mR	<del>10:30～</del> <del>50歳以上男子</del> <del>ボール投げ</del>
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