

（ 競 技 日 程 ）

トラック種目			フィールド種目	
競技開始時刻	種 目		種 目	競技開始時刻
15:30	男子60mハードル	5組	男子走高跳 4名	15:15
	女子60mハードル	3組	男女走幅跳 男13女13	
	女子80mハードル	1組	①兼男子100m 男7	15:30
	男子80mハードル	2組	①兼女子100m 女11	15:45
16:05	男子100m	6組		
16:15	女子100m	6組	②兼100m以外男6女2	16:10
16:30	男子1000m	1組		
16:40	女子800m	1組		

競 技 注 意 事 項

- 本大会は、平成25年度日本陸上競技連盟競技規則に準じて行うが、参加者の年齢段階を考慮して、特に教育的配慮のもとに競技を進行する。 小雨決行(ただし暴風雨及び雷警報発令等、実施困難な場合は中止とする。)
- スパイクシューズは長距離種目以外使用してもよい。(ピンはオールウェザー用のもので、長さは7ミリ以下とする。)
- スタートはクラウチングスタートを原則とするが、スタンディングスタートも認める。
スターティングブロックは、希望者全員使用してよいが、速やかに準備できるよう、よく指導しておくこと。またフライングについては、2回目以降のスタートにおいてフライングした選手が失格となる。(同一人の2回目ではない。)
- ハードル走は下表の規定にて行う。

	第1ハードルまで	高 さ	インターバル	台数	最終ハードルからゴール
60m	1 3 m	60cm	7 m	6台	1 2 m
80m	1 3 m	70cm	7 m	9台	1 1 m

- 走り幅跳びは、以下の特別ルールにて実施する。
 - ①全員3回の試技(砂場まで届かない試技は測定しない。)
(3回ともファールの場合も、参考記録は測定しない。)
 - ②標準記録を上回った選手のみ、残り3回の試技を認める。
標準記録 男子400cm 女子360cm
- 走高跳は、足からの着地以外は無効試技とする。
- 参加者全員に記録証を配布する。(記入は各団体で行うこと) 記録は速報板に掲示するのでよく確認のこと。
なお、後日倉敷JCのホームページにも掲載するので、見落とした場合はそちらで確認のこと。
- 本大会出場選手のうち、希望した選手には、主催者側で1日傷害保険に加入しているが、けがや事故には、十分注意すること。大会出場時の急病・事故については、応急処置以外の責任は負わない。
- ごみは各自持ち帰ること。