

第18回南那珂地区中学校総合体育大会陸上競技実施要項

主 催 南那珂地区中学校体育連盟
共 催 中部教育事務所 日南市教育委員会・串間市教育委員会
後 援 南那珂地区中学校校長会

- 1 日 時 令和5年6月17日(土) ※雨天決行
監督会 8:10 競技開始 9:40
- 2 会 場 日南総合運動公園 陸上競技場
- 3 参加資格 南那珂地区中学校体育連盟に所属する単一校チーム・個人とする。
- 4 種 目

(1) 男子(19種目)

1年 100m	2年 100m	3年 100m	1年 1500m	2年 1500m	3年 1500m	低学年 100mH
低学年4×100mR	共通 200m	共通 400m	共通 800m	共通 3000m	共通 110mH	
共通4×100mR	共通走高跳	共通棒高跳	共通走幅跳	共通三段跳	共通砲丸投	

(2) 女子(15種目)

1年 100m	2年 100m	3年 100m	1年 800m	2年 800m	3年 800m	低学年 80mH
低学年4×100mR	共通 200m	共通 1500m	共通 100mH	共通4×100mR		
共通走高跳	共通走幅跳	共通砲丸投				

※ 低学年4×100mR の走順は、男女とも2年→1年→1年→2年の順とする。

5 出場制限

- 個人種目は、1種目各学校何名でも出場できる。正規の陸上競技部員でなくても、大会参加は可能。
- 1人の出場はリレーを除く2種目以内とする。ハードル、リレーは低学年と共通を兼ねてエントリーはできない。
- リレーは各学校1チームとし、1チーム6人以内とする。オープン参加も認めるが、その場合、申込時にオープンであることを明記すること。(※オープン参加の場合、順位、得点はない)

6 参加申込

- WebEntry システムを用いた申込とする。
宮崎県中体連陸上競技専門部HP(<https://mzc.meet7.org>)内にある「大会申込」より下記の申込締切日までに申し込むこと。
- 宮崎県中体連陸上競技専門部HP(<https://mzc.meet7.org>)内に掲載する学校申込書を作成および印刷し、申込締切日までに職印を押印して提出すること。(学校申込書をメール送信する必要はない。)

【提出先】	飫肥中学校 溝口 尚哉
【申込締切日】	令和5年6月7日(水) 16:30

- 陸上競技部以外から参加する生徒は、参加見込みで良いので申し込みをしておくこと。他競技での県大会出場が決まった場合は、当日欠場でも構わない。
- 申込に際し、記入もれのないように注意すること。なお、WebEntry システム以外での申込は受け付けない。また、申込締切後の受付は一切行わない。

7 競技方法

- 本大会は2023年日本陸上競技連盟競技規則、ならびに本大会競技規則により実施する。
※ スターターのコールは英語とし、一度の不正スタートでも責任を有する競技者は失格させられる。
- 男女別学校対抗とし、総合優勝校には優勝旗と賞状を授与する。総合2位、3位の学校と各種目3位までには賞状を授与する。
- 得点は1位3点、2位2点、3位1点とする。

(4) 学校対抗の得点が同点の場合は、各種目の優勝者の多い学校の勝ちとする。

(5) 選手の変更は認めない。

(6) その他は、日本陸連、県の要項に準ずる。

※令和2年より、シューズ(靴底の厚さ)について改訂があり。 **地区大会では制限しない。**

800m以下の種目:20mm以下 800m以上の種目:25mm以下 ロード(駅伝):40mm以下

フィールド競技(三段跳以外):20mm以下 フィールド競技(三段跳):25mm以下

(7) トラック競技のうち、下記の種目はセパレートコースを使用する。

100m	200m	400m	80mH	100mH	110mH	4×100mR
------	------	------	------	-------	-------	---------

(8) トラック競技出場選手は、全員腰ナンバーを招集所で受け取り、右腰のやや後ろに装着する。ゴール後は速やかに、係員に返すこと。

(9) 走高跳・棒高跳のバーの上げ方は次の通りである。

種目・性別		練習	試技
走高跳	男子	1m20	1m25より5cm ずつ、1m60からは3cmずつ
	女子	1m00	1m05より5cm ずつ、1m40からは3cmずつ
棒高跳	男子	1m60	1m70より10cmずつ

(10) ハードルの高さ・インターバル(間隔)は下表の通りである。

性別	種目距離	ハードルの高さ	インターバル			ハードル台数
			スタートから1台目	ハードル間	最終ハードルからゴール	
男子	110mH	91.4cm	13.72m	9.14m	14.02m	10台
	100mH	84.0cm	13.00m	8.50m	10.50m	10台
女子	100mH	76.2cm	13.00m	8.00m	15.00m	10台
	80mH	76.2cm	12.00m	7.50m	15.50m	8台

(11) 砲丸の重さは、男子が5kg、女子が2,721kgとする。

(12) リレーのオーダー用紙は、リレー競技開始の1時間前までに提出する。

(13) 各種目上位2位までと県中体連陸上競技専門部が示す参加標準記録を今大会で突破した選手に県大会の出場権が得られる。しかし、各学校同一種目の出場枠は2名に限定される。

8 選手注意事項

(1) 招集時間に遅れたものは棄権とみなす。他種目出場中は代理も可とする。招集時間は次の通りである。

《**トラック競技**》 競技開始分前から15分前まで 《**フィールド競技**》 競技開始40分前から20分前まで
※コール終了後は招集所に待機し、競技役員の誘導に従うこと。

コール＝競技前に出ることの意志確認を競技役員と名簿で確認することである。

(2) 100mは予選、決勝を行う。ただし、出場者が8名以下の場合は予選を決勝に変更する。それ以外のトラック種目は、タイムレース決勝により順位を決定する。

(3) アスリートビブス(ナンバーカード)は、2023年度県登録アスリートビブスを使用すること。男子は黒色、女子は赤色で作成。各学校ナンバーは、以下の通り。

飢肥	7100～7150	油津	7151～7200	吾田	7201～7250	東郷小中	7251～7300
細田	7301～7350	鶴戸小中	7351～7400	串間	7451～7500	北郷小中	7751～7800
南郷	7801～7850	榎原	7851～7900	日南学園	7901～7950		

9 その他

(1) ゴミについては、各学校で責任をもって持って帰ること。

(2) 昨年度の優勝校は、優勝旗を忘れずに持ってくる(男子:飢肥中、女子:吾田中)

(3) 雷、雷雨、雷鳴の場合は原則中断とする。詳細な対応については、大会本部(部会長・競技専門部)で判断し決定する。

(4) 大会当日は、密を避けるため、保護者と生徒の場所を別々に設定する。また、記録掲示板に人が集まることを避けるため、記録掲示板は設置しない。記録については、インターネット上で発表する。

<http://minaminakatf.html.xdomain.jp/20230617/>

宮崎県中学校総合体育大会 陸上競技大会参加標準記録

男 子			女 子	
NO	種目	標準記録	種目	標準記録
1	1年100m	13.55	1年100m	14.70
2	2年100m	12.75	2年100m	14.00
3	3年100m	11.95	3年100m	13.85
4	1年1500m	5:15.00	1年800m	2:46.00
5	2年1500m	4:55.00	2年800m	2:43.00
6	3年1500m	4:40.00	3年800m	2:40.00
7	共通200m	24.95	共通200m	28.40
8	共通400m	58.00	共通1500m	5:35.00
9	共通800m	2:15.00	共通100mH	18.20
10	共通3000m	9:59.00	低学年80mH	14.30
11	共通110mH	18.70	共通4×100mR	54.00
12	低学年100mH	17.80	低学年4×100mR	57.50
13	共通4×100mR	49.30	共通走高跳	1.30
14	低学年4×100mR	53.50	共通走幅跳	4.35
15	共通走高跳	1.45	共通砲丸投	7.50
16	共通棒高跳	なし		
17	共通走幅跳	5.20		
18	共通三段跳	10.40		
19	共通砲丸投	8.00		