

陸上競技

1 日 時

令和7年	9月27日(土)
監督会	8:45
開始式	9:20
競技開始	10:00

2 会 場 生目の杜運動公園 陸上競技場

3 競技種目 男子(17種目)

1 年 100m 200m 1500m 3000m 100mH
 2 年 100m 200m 1500m 3000m 110mH
 共 通 400m 800m 走高跳 棒高跳 走幅跳 砲丸投 4×100mR

女子(13種目)

1 年 100m 200m 800m 80mH
 2 年 100m 200m 800m 100mH
 共 通 1500m 走高跳 走幅跳 砲丸投 4×100mR

- 4 出場制限 ○ 1人1種目(リレーは除く)とする。
 ○ 各学校1種目に何名でも出場できる。(県大会は同一種目各学校上位3名まで)
 ○ リレーは1校1チーム(6名以内)とする。

- 5 競技規則 ○ 令和7年度、宮崎地区中学校体育大会実施要項に準ずる。
 ○ 2025年日本陸上競技連盟競技規則ならびに本大会規則による。
 ○ 競技場は全天候舗装である。また、競技用靴については、シューズに関する競技規則を適用する。ただし、フィールド種目において、競技用シューズの靴底の厚さの規則については適用外である。

6 競技方法 (1) 競技者注意事項

- ① 本大会は、2025年度日本陸上競技連盟規則および本大会要項により実施する。
 ② 招集について(招集所は100mスタート側の器具倉庫内)
 ・ 選手は招集時刻までに招集所に集合し、チェックを受ける。その後、役員の誘導に従い競技場に入場する。
 ③ 招集時刻は次の招集時刻一覧表のとおりとする。

競技種目	招集開始時刻	招集完了時刻
トラック種目	競技開始30分前	競技開始20分前
投てき競技	競技開始40分前	競技開始30分前
跳躍競技	競技開始50分前	競技開始40分前
棒高跳	競技開始60分前	競技開始50分前

※ 競技者は、競技順序記載の該当する組の競技時刻に合わせて、点呼を受けること。

- ④ 招集完了時刻に遅れたものは欠場とみなし、出場を認めない。(但し、他種目に出場中は代理でも可)
 ⑤ リレーのオーダー用紙は当該種目、第1組目の招集完了時刻1時間前までに、招集所に提出すること。オーダー用紙は招集所に準備する。

(2) 番組編成について(レーン順・試技順)

トラック競技のレーン順とフィールド競技の試技順は、主催者が抽選で決定し、プログラム記載の各競技者の登録番号の左に数字で示す。

(3) 走高跳・棒高跳のバーの上げ方について

- ① バーの上げ方については、次のとおりとする。

走高跳	男子	1 m 2 5	1 m 3 0	1 m 3 5	1 m 4 0	1 m 4 5	1 m 5 0	1 m 5 5	1 m 6 0	1 m 6 5	1 m 7 0	以後 3 cm
	女子	1 m 1 0	1 m 1 5	1 m 2 0	1 m 2 5	1 m 3 0	1 m 3 5	1 m 4 0	1 m 4 5	以後 3 cm		
棒高跳	男子	1 m 9 0	2 m 0 0	2 m 1 0	2 m 2 0	2 m 3 0	2 m 4 0	以後 10 cm				

- ② 練習開始の高さは、走高跳男子1m20、同女子1m05、棒高跳1m70とする。
- ③ バーの上げ方、開始時の高さについては、天候その他の特殊事情によって、審判長・専門委員長が変更する場合がある。
- (4) ハードル競技のインターバルについて

性別	種目	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

- (5) 学校対抗得点について
- ① 得点は1位6点、2位5点とし、以下1点ずつ減じ6位を1点とする。
- ② 1校から3名以上出場している種目の学校対抗の得点は、その学校の上位3名までの得点を計上する。
- ③ 学校対抗の得点が同点の場合は、優勝種目数で上位を決定する。また、優勝種目数が同じ場合は、2位種目数→3位種目数→・・・6位種目数の順で、上位を決定する。
- (6) 県大会出場について
- ① 令和7年4月1日から10月3日に、宮崎県中学校秋季体育大会陸上競技大会参加標準記録(別表)を突破した者が出場権を得る。
- ※ リレーについては、記録に関係なく県大会に出場できる。
- ② 1種目、同一校から3名までとする。(宮崎県中学校秋季体育大会陸上競技大会参加標準記録を突破した者が4名以上いた場合でも、その学校の上位3名までしか県大会には出場できない。)

7 表彰 男女別団体、各種目3位まで表彰する。

- 8 参加申込 (1) 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サイト(<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。

【大会全般に関する問合せ先・申込に関する問合せ先】 大 淀 中 河野 真和 Tel (0985) 51-3700 【 申 込 締 切 日 】 令和7年8月28日(木)
--

- (2) 宮崎県中体連陸上競技専門部サイト(<https://mzc.meet7.org/>)内に掲載する学校申込書を作成および印刷し、上記の申込締切期日までに各地区事務局へ2部提出すること。(学校申込書をメール送信する必要はない。)
- (3) 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。

9 その他

- (1) 大会当日の練習は、指定されたところで行うものとする。
- (2) 競技中に雷や雷雨等が発生した場合には、大会本部で協議し、競技中断、順延、競技時間の変更等の対応をする。