

2020年2月吉日

各 高 等 学 校 長 殿  
各 中 学 校 長 殿  
各 小 学 校 長 殿  
各 所 属 長 殿

むつ市陸上競技協会

会 長 宮 本 久 志

(公印省略)

## 「第10回 あおもり室内陸上競技大会」開催について

厳寒の候、貴職におかれましては、ますます御清祥のこととお喜び申し上げます。

平素より、当協会事業につきましては、格別の御理解、御支援を賜り厚く御礼申し上げます。

さて、冬期間の練習意欲および新しいシーズンに向けた競技力の向上を目指して、上記大会を別紙要項により開催いたしますので、スポーツ振興の意味から是非貴職のお取り計らいを賜り、御参加下さるようお願い申し上げます。

記

開催要項

別紙

参加申込書

別紙

【お問い合わせ】

むつ市陸上競技協会

競技委員長 甲田 義人 ☎ 090-2360-5106

## 2019年度 第10回 あおもり室内陸上競技大会 要 項

1. 主 旨 冬季間に室内競技会を行うことで、トレーニングに対するモチベーションの改善、目標の修正、選手相互の親睦を深め、新しいシーズンに向けた競技力の向上を図る。
2. 主 催 むつ市陸上競技協会 下北地方中学校体育連盟
3. 主 管 むつ市陸上競技協会
4. 期 日 2020年2月29日(土)～3月1日(日)

1日目 開 場 8:00 開始式 9:00 競技開始 10:30

※審判員打ち合わせ 8:40 ※監督会議 8:50

2日目 開 場 8:00 競技開始 10:00

※審判員打ち合わせ 8:40

5. 場 所 しもきた克雪ドーム 青森県むつ市真砂町8番地8 ☎0175-28-4341

6. 種 目

性別	区分	種 目
男子	一般・高校	<u>60m</u> 60mH 400m <u>800m</u> 1500m <u>3000m</u> <u>棒高跳</u> <u>立三段跳</u> 走高跳 <u>一般砲丸投</u> 高校砲丸投
	中学校	<u>60m</u> 60mH 400m <u>800m</u> 1500m <u>3000m</u> <u>棒高跳</u> <u>立三段跳</u> 走高跳 <u>砲丸投</u>
	小学校	<u>60m</u> (4・5・6年) 1500m (4・5・6年) 立三段跳 (学年共通)
女子	一般・高校	<u>60m</u> 60mH 400m <u>800m</u> 1500m <u>3000m</u> <u>棒高跳</u> <u>立三段跳</u> <u>走高跳</u> 砲丸投
	中学校	<u>60m</u> 60mH 400m <u>800m</u> 1500m <u>3000m</u> <u>立三段跳</u> <u>走高跳</u> 砲丸投
	小学校	<u>60m</u> (4・5・6年) 800m (4・5・6年) 立三段跳び (学年共通)

※2日目の競技は、下線のある競技とする。

※小学生のトラック競技は学年別、立三段跳は学年共通とする。

※男子一般砲丸投(7.26kg)・高校砲丸投(6kg)は、2つの競技を同時に行います。

女子砲丸投(4kg)は一般・高校共通種目として行います。

7. 参加資格 2019年度の県登録を済ませており、競技注意規則およびその他の注意事項を遵守できる陸上選手とする。なお、転校や転部等で県登録していない選手、他県選手及び小学生については県登録必要なし。大会専用のナンバーカードでの出場となる。

8. ナンバーカード 2019年度登録のナンバーカードを使用する。

未登録の選手は申込時にナンバーカードを購入してもらい当日配布するものを使用する。

9. 出場制限 一人3種目以内とする。

**※進行が滞ることが予想されるため、中学生60mと一般・高校60mへの出場など、他区分への参加はできないものとする。**

10. 参加料 1種目700円 指定振込先に期日までに振込のこと。(期日厳守)

※ただし未登録選手、他県選手、小学生はナンバーカード(200円)を別途購入していただくので、同時に振り込むこと。

11. 表彰 1～8位までを入賞として賞状を授与する。優勝者にはメダルを授与する。ただし、60mと60mHについては1～6位を入賞とする。

(小学生60mは、タイムレースにより8位入賞とする。)

12. 申込方法 団体申込 むつ市陸上競技協会から各所属団体にメールで発送する所定の申込ファイルに必要事項を打ち込み、下記申込先へメールで申し込む。

個人申込 ①むつ陸協ホームページ (<http://www.mutsu-rk.jp/>) に参加要項と申込ファイルを掲載するので、ダウンロードする。

②申込ファイルに必要事項を打ち込み、下記申込先へメールで申し込む。

**重要 参加申込メールによる申し込みと参加料振込を同時に下記の通り行うこととする。**

申込期日	2020年2月10日(月)	午後5時まで(厳守)
申込先	メールアドレス	indoor2020@mutsu-rk.jp
競技に関する問い合わせ先	むつ市陸上競技協会 甲田 義人 ☎090-2360-5106	

振込期日	2020年2月10日(月)
振込先	青森県信用組合 むつ営業部 店番032
	普通 口座番号 4751279
	むつ市陸上競技協会

※手数料は各団体で負担すること。

※宛名は、省略せずに「むつ市陸上競技協会」と明記する。

※振込人は、参加申込書と同一の所属名、個人名とする。

※天候・災害等の事情により開催中止の場合は、参加料の返金は致しませんので、予めご了承ください。

**13. 競技注意事項**

- (1) 本大会は、2019年度日本陸上競技連盟競技規則および、この要項に定めた規則に従って行う。
- (2) 本会場は直線、60m(6レーン)トラック、200m(オープンレーン)とする。表面は人工芝でありスパイク等の使用は禁止されているので通常のシューズによる競技会となる。ただし、棒高跳についてはピットがありスパイクを使用できる。また、砲丸投もスローイングシューズの使用は可能である。
- (3) 60m、60mHについては6レーンで行い、スターティングブロックと写真判定機を使用する。  
※小学生のスタートについては、スタンディングスタート等、スタート方法について配慮する。  
400m以上の競技はオープンスタートとし、写真判定機を使用する。
- (4) 競技規格は次の通りである。

男	60mH	一般・高校	台数5台 インターバル	高さ 0.990m 13m-8.5m-13m
		中学校	台数5台 インターバル	高さ 0.840m 13m-8.5m-13m
子	砲丸の重量	一般	7.26kg	
		高校	6kg	
		中学校	5kg	

女	60 mH	一般・高校	台数5台 インターバル	高さ 0.840m 13m-7.5m-17m
		中学校	台数5台 インターバル	高さ 0.762m 13m-7.5m-17m
子	砲丸の重量	一般・高校	4 kg	
		中学校	2.72 kg	

- (5) フィールド競技は、屋外の競技と同様にトップ8を行い、順位を決定する。
- (6) 競技が重なった場合は、トラック競技を優先する。その場合、フィールド審判員にその旨を話し、審判員の指示を必ず受けること。
- (7) 招集、トラック競技は、60m直線横に設定する招集エリア、フィールド競技は現場コールとする。トラック競技は招集完了後、各自スタート地点に速やかに移動すること。  
★トラック招集時間：15分前 ★フィールド招集時間：30分前。
- (8) 棒高跳のポールは各自準備する。(搬入、保管する場合は、所定の場所をお願いいたします。)
- (9) 走高跳・棒高跳のバーの上げ方は、次の通りである。

	区分	練習	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
棒	男子 一般・高校	2.60	2.70	2.80	2.90	3.00	3.10	3.20	3.30	3.40	3.50	3.60
	男中・女一般・高校	2.00	2.10	2.20	2.30	2.40	2.50	2.60	2.70	2.80	2.90	3.00
高	男子 一般・高校	1.50	1.55	1.60	1.65	1.70	1.75	1.80	1.85	1.90	1.95	2.00
	男中・女一般・高校	1.20	1.25	1.30	1.35	1.40	1.45	1.50	1.55	1.60	1.65	1.70
	女子 中学	1.10	1.15	1.20	1.25	1.30	1.35	1.40	1.45	1.50	1.55	1.60

※以降は、走高跳3cm、棒高跳は5cmずつ上げる。

- (10) 決勝の番組編成について  
本大会は、写真判定により記録・順位を管理する。  
60m、60mH・・・タイムレース上位6名を決勝進出として、タイム上位から3・4レーン、1・2レーン、5・6レーンの順に並べる。  
400mについて・・・タイムレース上位8名を決勝進出として、1列に並びオープンスターとする。並び順は屋外ルールを適用する。  
800m以上・・・・・・800m・1500m・3000mはタイムレースにより順位を決定する。スタートは1列として、並び順は屋外ルールを適用する。  
※小学生種目は全種目ともに、タイムレースとなる。  
※記録の処理上、全レース各組1～2名の出場数でも、プログラム記載の通りスタートする。

- (11) プログラムについて  
プログラムは、団体で10名以上の申込について2部、5名以上の申込については1部を無料配布とする。それ以外については各自購入(1部500円)とする。

#### 14. その他

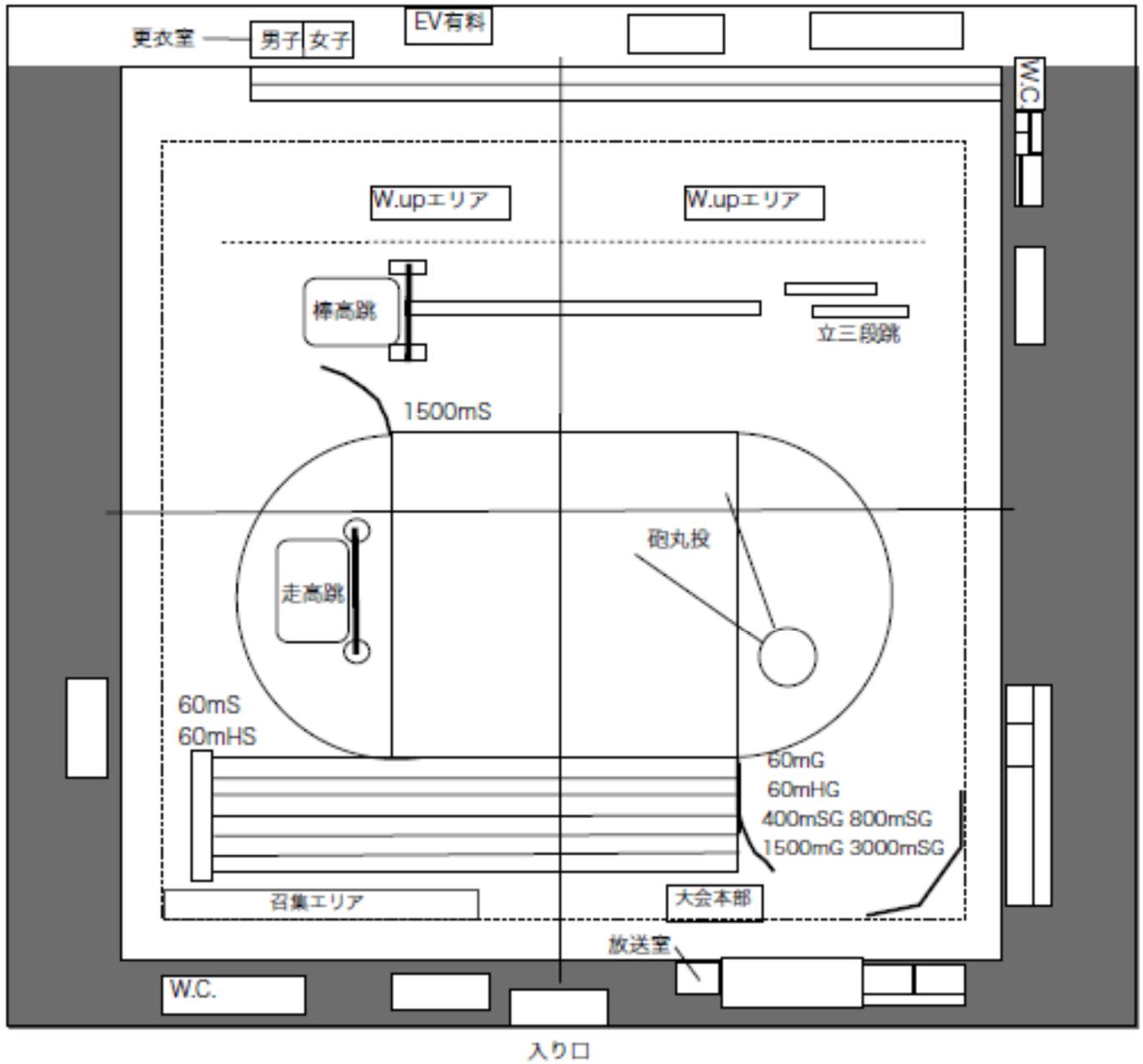
- (1) ドーム入場口から入場する。盗難・誤履等の恐れがあるので、袋に入れ自己管理をお願いする。なお、ドーム内は土足厳禁のため、室内用のシューズを確実に持参すること。応援の方も同様とする。
- (2) 人工芝内での飲食は厳禁とする。飲食は、確実に飲食可能エリア内で行う。
- (3) ゴミはすべて持ち帰ること。
- (4) センターハウス(トレーニングセンター、プール)へのドーム側からの移動は営業に支障が生じ

るので、絶対に行わないこと。また、センターハウス内の施設は、有料での使用となっており、使用により生じた支払い義務はすべて自己責任による処理とする。

- (5) 横断幕、のぼりの設置は、フェンスの破損等がないよう十分に注意する。
- (6) ドーム施設内の設備は大切に扱うこと。
  - ① トイレは正しく使しましょう。
  - ② 器物に悪戯をしない。
  - ③ 嘔吐などがありましたら、必ず大会本部へお知らせください。(感染予防のため消毒します)
- (7) 違法駐車は絶対しないこと。必ず駐車場へ入れてください。
- (8) たばこは指定された場所をお願いします。また、ポイ捨ては絶対しない。
- (9) 参加者は、事前に健康診断を受ける等、自己の健康に十分留意して、「競技中に発生した傷害、疾病、事故等については、主催者は応急処置を除き一切の責任を負わない」ことを承知の上、参加すること。
- (10) 飲食物を購入できる施設は車で数分程度移動が必要となる。
- (11) 宿泊等については、斡旋は行わないので、各個人・所属団体で行うこと。
- (12) 館内は非常に冷えるので、防寒具等の準備を確実に行うこと。
- (13) 緊急事態が生じた場合は、大会主催者の指示に従うこと。
- (14) 更衣室を有料エレベーター横に設置する。よって、トイレでの着替えは行わない。
- (15) 大会参加申し込み後、不測の事態による大会中止および参加者の都合による棄権について、大会運営費及び手続き等の費用が発生するため、いかなる場合においても参加料の返金を行わない。
- (16) 通常の大会運営と異なるため、当日参加、要項に記載以外のオープン参加等への対応は大会運営に大きな支障をきたすため、一切受け付けない。

# 2019年度 第10回 あおもり室内陸上競技大会 会場図

しもきた克雪ドーム



■ 飲食可能エリア