

2022年4月14日

加盟団体理事長・専務理事様  
協力団体理事長・専務理事様

公益財団法人日本陸上競技連盟  
競技運営委員長 鈴木一弘

## WA 陸上競技用靴規程の運用について

平素は日本陸上競技界の発展に際し、ご理解ご協力を賜り感謝申し上げます。

さて過日、全国競技運営責任者会議におきまして2022年度の競技規則修正についてご説明申し上げたところです。各加盟団体・協力団体におかれましても、競技規則の周知徹底をお願いして新たなシーズンを迎えていただきたくお願い申し上げます。

とりわけ2021年11月1日付け施行のWorld Athleticsによる競技用靴規程(WA:C2.1A Athletics Shoe Regulations)の改変に伴って、本連盟の公認する競技会における運用方法を説明いたしましたが、正確を期す意味で改めて下記の様に整理いたします。

貴下の所属会員にご周知願えましたら幸いです。

## 記

### 1 TR5の修正事項

#### Technical Rule

#### 5. Clothing, Shoes and Athlete Bibs(衣類、靴とアスリートビブス)

##### Clothing(衣類)

###### 5.1 省略

##### Shoes(靴)

###### 5.2

競技者が競技する時は、裸足でも競技用靴を履いてもよい。競技者はカウンスルによって承認された競技用靴に関する、全ての規則を遵守しなければならない。

競技用靴に関する規程(Athletic Shoe Regulations)参照。

#### 〔国内〕競技用靴に関する主要規則

- ・靴底(踵の下の靴底を含む)は、11本以内のスパイクを取りつけられる構造とする。
- ・11個までの任意の数のスパイクを使用することができるが、スパイク取付位置は11か所を超えてはならない。
- ・スパイクの長さは、9mm(屋内は6mm)を超えてはならない。また走高跳およびやり投の場合は、12mmを超えてはならない。スパイクは先端近くで、少なくとも長さの半分は4mm四方の定規に適合するように作られていなければならない。トラック製造業者もしくは競技場管理者がより小さい寸法の上限を設けている場合や特定の形状のスパイクを認めていない場合は、これを適用する。

- ・医療および安全上の理由から、競技用靴(市販されているものに限る)へのインナーソールの追加、その他の物の挿入および追加は以下の条件でのみ認められる。
  - a.中敷(インナーソール)の追加または挿入物は、取り外し可能な装具であること(靴の内側に恒久的に固定することはできない)。
  - b.追加物は、ヒールレイズまたはヒールキャップ(例:跳躍競技用靴)、ブレースまたはストラップ(例:投てき競技用靴)とする。
- ・靴底の最大の厚さ(購入時から装着されているオリジナルのインナーソールを含む)は、**2024年10月31日**までは以下の通りとする。

種目	ソールの最大厚さ (本規程 10.6 による)	その他の要件/注意
フィールド種目 (除:三段跳)	20mm	全投てき種目と高さを競う跳躍種目および三段跳を除く、長さを競う跳躍種目に適用。 全フィールド種目で、靴の前の部分の中心点の靴底の厚さは、踵の中心点の靴底の厚さを超えてはならない。
三段跳	25mm	靴の前の部分の中心点の靴底の厚さは、踵の中心点の靴底の厚さを超えてはならない。
トラック種目 (800m 未満の種目、ハードル種目を含む)	20mm	リレーにおいては、各走者が走る距離に応じて適用する。
トラック種目 (800m 以上の種目、障害物競走を含む)	25mm	リレーにおいては、各走者が走る距離に応じて適用する。 競技場内で行う競歩競技の靴底の厚さは、道路競技と同じとする。
クロスカントリー	25mm スパイクシューズ または 40mm ノン・ スパイクシューズ	競技者はスパイクシューズでもノン・スパイクシューズ(ロードシューズなど)を履くことができる。スパイクシューズを履く場合、靴底の最大の厚さは25mmを超えてはならない。ノン・スパイクシューズを履く場合、靴底の最大の厚さは40mmを超えてはならない。
道路競技(競走・競歩)	40mm	
マウンテンレース トレイルレース	制限なし	

➤TR 5.3~5.6 は欠番となり、その内容は Athletic Shoe Regulations として別記された。そ

の内容は別紙 1 に掲載した。

**2024 年 11 月 1 日以降は以下の通りとする。**

種目	ソールの最大厚さ (本規程 10.6 による)	その他の要件/注意
トラック種目 ハードル種目 障害物競走	20mm スパイクシューズ または ノン・スパイクシューズ	リレーにおいては、各走者が走る距離に応じて適用する。競技場内で行う競歩競技の靴底の厚さは、道路競技と同じとする。
フィールド種目	20mm	全跳躍種目で、本規程 10.3 および 10.4 に記載のとおり、靴の前の部分の中心点の靴底の厚さは、踵の中心点の靴底の厚さを超えてはならない（前足の中心は、靴の内部の長さの 75%にある靴の中心点。踵の中心は、靴の内部の長さの 12%にある靴の中心点）。
道路競技（競走・競歩）	40mm	
クロスカンントリー	20mm スパイクシューズ または 40mm ノン・スパイクシューズ	競技者はスパイクシューズでもノン・スパイクシューズ（ロードシューズなど）を履くことができる。ノン・スパイクシューズを履く場合、靴底の最大の厚さは 40mm を超えてはならない。
マウンテンレース トレイルレース	制限なし	

## 2 競技用靴の取り扱い

- (1) 競技用靴とは競技を行う際に使用する（履く）靴を意味する。
- (2) TR 5.2〔国内〕を適用する。
- (3) 市販され WA の承認リストに掲載されていることを前提とし、招集所等での検査は実施しない。
- (4) (3)に関わらず本連盟が指定した競技会において、本連盟が指名した競技者が使用する競技用靴の申請書を提出させることがある。
- (5) 競技前、競技中に審判員が疑義を抱いた競技用靴については、競技後に審判長の権限で検査を実施することがある。
- (6) 競技会后、ドーピングテストの対象になった競技者が使用した靴の検査を行うこと

がある。

- (7) 競技者は購入した状態で靴を使用することが前提となる。インナーソールの変更等靴底厚が変わるようなカスタマイズを行う場合には WA の承認が必要となる。

### 3 WA 競技用靴規程 10 条の一部適用除外について

#### <対象>

フィールド競技用靴における靴底厚の下記規程について適用を除外する。

ただし、フィールド競技用靴以外の靴については、それぞれの靴底規程を遵守する。

#### <適用を除外する内容>

別紙 3 の表に記載されている「全フィールド種目で、本規程 10.3 および 10.4 で言及されているように、靴の前の部分の中心点の靴底の厚さは、踵の中心点の靴底の厚さを超えてはならない（前足の中心は、靴の内部の長さの 75%にある靴の中心点。踵の中心は、靴の内部の長さの 12%にある靴の中心点）」。

#### [注意]

本通知においてフィールド競技用靴とは跳躍競技用、投てき競技用として市販されている靴であり、WA の承認品リストに掲載されているものを指す。

WA 承認靴リストは毎金曜日に更新されているので、下記を参照されたい。

<https://www.worldathletics.org/about-iaaf/documents/technical-information#collapsemanuals-guidelines>

ファイル名：World Athletics Approved Shoe List (as at 日付)

ただし、リストに掲載されていない靴であっても審判長の確認により靴規程の他の部分に反していなければ、競技会で使用することは可能である。

#### <理由>

- (1) 前足部の靴底厚が踵部のそれに比べて厚い靴がフィールド競技用靴として流通していたため、WA の現行靴底厚規程に合わない靴を使用している競技者が多数いること（過去の流通品の使用を認める）。
- (2) 価格も高価で即時に買い換えを強要することは競技者の負担になること。
- (3) 前足部の靴底厚を測定する際には、現状、他種目の靴底厚計測器を用いた場合、靴紐をほどきスパイクピンを取り除くことが必要になることや、今回の WA の競技用靴規程の変更により、踵部分の計測も指定された位置をピンポイントで計測する必要があるため、招集所等で長時間を要することになること。大型キャリパーのような特殊な計測器具が必要になることに加え、誰が計測しても同じ結果となるような厳密な判断ができるようなスキルが求められること。

#### <期間>

適用除外の期間は規格に準じた新たなシューズへの切り替えのための期間として **2024 年 10 月 31 日まで**とする。

#### <適用競技会>

日本中体連陸上競技専門部とその下部組織が主催・共催する競技会、全国高体連陸上競技専門部とその下部組織が主催・共催する競技会、日本学生陸上競技連合とその下部組織が主催する競技会、および各加盟団体の主催する競技会で主催者が適当と判断した競技会

#### <記録の取り扱い>

この適用除外に伴い、WA 承認靴を使用しないことは WA の規則に則らないことになるため、アジア記録、世界記録、および地域、世界レベルの国際競技会への参加資格として採用できない。ワールドランキングの対象外にもなるため、国内のみで通用する記録として取り扱うこととする。

つまり当該種目については WA への申請は行わず、国際競技会への参加資格とはならないことを参加者が事前に了解した上で競技に参加する必要があるため、大会要項等に記載し周知を図る必要がある。

## <別紙1 参考資料>

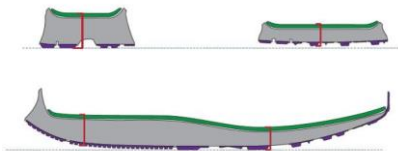
### 10. 競技用靴の技術要件

10.1 事務総長（またはその任命者）が書面で特に合意しない限り、対象競技会で着用する競技用靴は、本規程 10.3 および 10.4 に規定されている靴の位置で、別表 3 の表に記載されている靴底の最大の厚さの以内でなければならない。

靴底の最大の厚さには、本規程 7 に従って挿入される追加のインナーソール、その他の挿入物または追加物の厚さは含まれない。

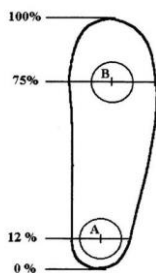
10.2 靴底（踵の下の靴底を含む）には、うね、ぎざぎざ、突起物などがあってもよいが、これらは靴底本体と同一もしくは類似の材料で作られていること。

10.3 靴底の厚さは靴の前足の中心と踵の中心で、それぞれ靴の内部にある靴底の最上部と靴の外部下側の平面部分との間の距離として計測する。この測定に際しては、本規程 10.2 で記述しているものも含めて計測する。図(a)参照。



10.4 前足の中心は、靴の内部の長さの 75%にある靴の中心点とする。踵の中心は、靴の内部の長さの 12%にある靴の中心点とする。図(b)参照。

標準的な事例としてユニセックスサイズ 42 (EUR) (=26.5~27.0cm) の場合、前足の中心は、靴の内側の背面から約 203mm の位置であり、踵の中心は、靴の内側背面から約 32mm の位置である。これらの位置よりも外側の部分の靴底の厚さは、本規程の技術的要求件とは無関係とする。



10.5 WAは、標準的なサイズを超える競技用靴には、同じメーカーと同じモデルの靴であっても標準サンプルサイズの靴よりもわずかに靴底が厚いものが含まれる可能性があることを認識している。このようなわずかな厚みの差は、本規程が遵守されているかを確認する目的においては問題としない。

10.6 追加の通知があるまで、例外的な状況で競技委員会(WAの Competition Commission)が書面により明確に合意した場合を除き、対象競技で使用される競技用靴は次のとおりとする。

10.6.1 本規程 10.6.3 が適用される場合を除き、靴の全長または靴の長さの一部かどう

かにかかわらず、2つ以上の複数の剛性構造（プレート、ブレード等）を含んでいてはならない（「1つの剛性構造」は認められる）。

10.6.2 本規程 10.6.1 の「1つの剛性構造」は複数のパーツで構成されている場合があるが、それらのパーツは同一平面上に配置されなければならない（互いに積み重ねたり、重なり合ったりしてはならない）。

10.6.3 スパイクを靴の外側下面に取り付ける場合にのみ、剛性構造または他の機構（プレート、ブレード等）を1つだけ追加することができる。スパイクを取り付けるための追加の剛性構造は、本規程 10.6.1 にある剛性構造と連続して取り付けるものであってはならない。

10.6.4 競技用靴にはセンシング技術やインテリジェント技術が組み込まれてはならない。このことは TR6.4.4 による、競技者が個人的に携帯または着用する心拍計、速度距離モニター、ストライドセンサーの携帯または着用を妨げるものではない。

10.6.5 最大の靴底の厚さは、別紙 3 の表に記載されている厚さ以内でなければならない。

以上

<別紙 2 > 陸上競技用靴 靴底厚表 2024 年 11 月 30 日まで有効

## ATHLETIC SHOE SOLE THICKNESS TABLE

Shoe Sole Thickness Table – in force until 31 October 2024

Event	Maximum thickness of the sole (as per Regulation 10.6).	Further Requirement/Note
Field Events (except Triple Jump)	20mm	Applies to all Throwing Events, and Jumping Events, except the Triple Jump. For all Field Events, the sole at the centre of the athlete's forefoot must not be higher than the sole at centre of the athlete's heel referred to at Regulations 10.3 and 10.4 (i.e. at centre point of the shoe at 12% and 75% of the shoes internal length).
Triple Jump	25mm	The sole at the centre of the athlete's forefoot must not be higher than the sole at centre of the athlete's heel referred to at Regulations 10.3 and 10.4 (i.e. at centre point of the shoe at 12% and 75% of the shoes internal length).
Track Events (including hurdle events) up to but <u>not</u> including 800m	20mm	For relays, the rule applies to the distance of the leg being run by each athlete.
Track Events from 800m and above (including steeplechase events)	25mm	For relays, the rule applies to the distance of the leg being run by each athlete. For Track Race Walking Events, the maximum thickness of the sole is the same as that for Road Events.
Cross-Country	25mm spike shoe or 40mm non-spike shoe	Athletes may wear spikes or non-spike shoes (i.e. road shoes). If wearing spike shoes the maximum thickness of the sole must not exceed 25mm. If wearing non-spike shoes the maximum thickness of the sole must not exceed 40mm.
Road Events (Running and Race Walking Events)	40mm	
Mountain and Trail Races	Any Thickness	



**New Sole Thickness Table – in force from 1 November 2024**

Event	Maximum thickness of the sole (as per Regulation 10.6 of the Regulations).	Further Requirement/Note
Track Events including hurdle and steeplechase events	20mm spike shoe or non-spike shoe	For relays, the rule applies to the distance of the leg being run by each athlete. For Track Race Walking Events, the maximum thickness of the sole is the same as that for Road Events.
Field Events	20mm spike shoe or non-spike shoe	For all Jumping Events, the sole at the centre of the athlete's forefoot must not be higher than the sole at centre of the athlete's heel referred to at Regulations 10.3 and 10.4 (i.e. at centre point of the shoe at 12% and 75% of the shoes internal length).
Road Events (Running and Race Walking Events)	40mm	
Cross-Country	20mm spike shoes or 40mm non-spike shoes	Athletes may wear spikes or non-spike shoes (i.e. road shoes). If wearing spike shoes the maximum thickness of the sole must not exceed 20mm. If wearing non-spike shoes the maximum thickness of the sole must not exceed 40mm.
Mountain and Trail Races	Any thickness	

**Important notice:** Pursuant to Regulation 5.3, from 1 November 2024 an Existing Shoe whose sole is greater than the maximum thicknesses set out in the above table is no longer approved and cannot be worn in Applicable Competitions.