

競 技 順 序

ト ラ ッ ク

(トラックレースの複数組があるレースは全てタイムレース決勝)

No.	性別	種 目	決	組	時 間
1	男	A 3 0 0 0 m	決	1	9 : 0 0
2	女	A 3 0 0 0 m	決	1	9 : 1 5
3	男	B 1 5 0 0 m	決	3	9 : 3 5
4	女	B 1 5 0 0 m	決	3	1 0 : 0 0
5	男	C 1 5 0 0 m	決	3	1 0 : 2 5
6	女	A 1 0 0 0 m	決	2	1 0 : 4 5
7	男	A 1 0 0 0 m	決	4	1 0 : 5 0
8	女	B 1 0 0 0 m	決	8	1 1 : 0 0
9	男	B 1 0 0 0 m	決	10	1 1 : 2 0
10	女	C 1 0 0 0 m	決	8	1 1 : 5 0
11	男	C 1 0 0 0 m	決	8	1 2 : 1 0
12	女	C 8 0 0 0 m	決	3	1 2 : 3 0
13	男	A 2 0 0 0 m	決	2	1 2 : 4 5
14	女	A 2 0 0 0 m	決	1	1 2 : 5 0
15	男	A 1 1 0 m J H	決	1	1 3 : 0 0
16	男	B 1 1 0 m H	決	3	1 3 : 1 0
17	男	C 1 0 0 m H	決	2	1 3 : 2 5
18	女	A 1 0 0 m Y H	決	1	1 3 : 4 0
19	女	B 1 0 0 m H	決	2	1 3 : 5 0
20	女	C 1 0 0 m H	決	2	1 4 : 0 0

フ ィ ー ル ド

No.	性別	区 分	種 目	時 間
1	男	A	走高跳	9 : 0 0
	女	B・C	走幅跳	9 : 0 0
	男女	A・B・C	砲丸投	9 : 0 0
2	女	A	走高跳	1 1 : 0 0
3	男女	A・B	円盤投	1 1 : 0 0
4	男	B・C	走幅跳	1 2 : 0 0
5	男女	A・B	ジャベリックスロー	1 2 : 0 0

競 技 規 則

- 競 技 方 法
- ナンバークード
 - 2009年度(財)日本陸上競技連盟競技規則による。
 - 群馬県中体連陸上競技2009年の個人ナンバークードを胸と背につける。
 - 走高跳は胸背いずれかでよい。
 - トラックレース参加者は招集所で配布された腰ナンバークードを右腰につけること(競技終了後ゴール地点で返却すること)。
- 招 集
 - 招集はトラック15分前・フィールド30分前とする。
 - 招集場所は雨天走路の北側とする。
- ス パ イ ク
- トラック競技
- フィールドの規格

A男子	110mJH～高さ99.1cm	13m72～9m14～14m02	10台
B男子	110mH～高さ91.4cm	13m72～9m14～14m02	10台
C男子	100mH～高さ84.0cm	13m00～8m50～10m50	10台
A女子	100mYH～高さ76.2cm	13m00～8m50～10m50	10台
B女子	100mH～高さ76.2cm	13m00～8m00～15m00	10台
C女子	100mH～高さ76.2cm	13m00～8m00～15m00	10台
- フィールド競技

走高跳以外のフィールド競技で出場者が8名を越える場合は、トップ8を決してさらに3回の試技を行う。

円盤投・ジャベリックスローは、補助競技場で競技する場合がある。
- バーの上げ方

男子A	走高跳	150	155	160	165	170	175	180	183	186		
女子A・B	走高跳	120	125	130	135	140	145	150	155	158	161	
- 投擲物の重量

砲丸	A男子	5. 0 0 0 k g
	C男子	2. 7 2 1 k g
	B・C女子	2. 7 2 1 k g
円盤	A・B男子	1. 0 k g
	A・B女子	1. 0 k g
- 練 習 場
- 使 用 器 具
- 競 技 順 序
- そ の 他
 - 補助競技場を練習場所とする。
 - 本部で用意したものを使用すること。
 - 競技順序はプログラム記載順とする。
 - 会場の整理、整頓に努めるとともに更衣室、ロッカー等に貴重品を置かない。
 - ゴミは必ず持ち帰ること。
 - 審判員が少ないので選手は競技運営に協力すること。