

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	3	9 : 0 0
2	女	A 3 0 0 0 m	決	1	9 : 4 5
3	男	B 1 5 0 0 m	決	3	1 0 : 0 0
4	女	B 1 5 0 0 m	決	4	1 0 : 2 5
5	男	C 1 5 0 0 m	決	3	1 0 : 5 5
6	女	A 1 0 0 0 m	決	2	1 1 : 2 0
7	男	A 1 0 0 0 m	決	5	1 1 : 2 5
8	女	B 1 0 0 0 m	決	9	1 1 : 4 0
9	男	B 1 0 0 0 m	決	10	1 2 : 0 5
10	女	C 1 0 0 0 m	決	9	1 2 : 3 0
11	男	C 1 0 0 0 m	決	8	1 2 : 5 5
12	女	C 8 0 0 0 m	決	3	1 3 : 2 0
13	男	A 2 0 0 0 m	決	3	1 3 : 3 5
14	女	A 2 0 0 0 m	決	2	1 3 : 4 5
15	男	A 1 1 0 m J H	決	2	1 4 : 0 0
16	男	B 1 1 0 m H	決	4	1 4 : 1 0
17	男	C 1 0 0 m H	決	2	1 4 : 2 5
18	女	A 1 0 0 m Y H	決	2	1 4 : 3 5
19	女	B 1 0 0 m H	決	3	1 4 : 4 5
20	女	C 1 0 0 m H	決	3	1 5 : 5 5
21	男	B 2 0 0 m	記録会	5	1 5 : 2 0
22	女	B 2 0 0 m	記録会	3	1 5 : 3 5
23	男	B C 3 0 0 0 m	記録会	1	1 5 : 4 5
24	男	B 4 0 0 m	記録会	3	1 6 : 0 0

フ ィ ー ル ド

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

競 技 規 則

1. 競 技 方 法 2011年度(財)日本陸上競技連盟競技規則による。
2. ナンバーカード ・群馬県中体連陸上競技2011年の個人ナンバーカ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カ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)。
3. 招 集 ・招集はトラック15分前・フィールド30分前とする。
・招集所は、補助競技場入り口付近付近とする。
4. ス パ イ ク 競技場は全天候舗装のためスパイクはトラック・走幅跳9mm以下、走高跳12mm以下とする。
5. トラック競技 タイムレースとする。

6．ハートルの規格	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

7．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名を超える場合は、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、補助競技場で行う。

8．バーの上げ方 男子A 走高跳 155 160 165 170 175 180 183 186 ………
女子A 走高跳 125 130 135 140 145 150 155 158 161 ………
男子・女子Cの記録会の部は、当日高さを設定する。

9．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
		A 女子	4 . 0 0 0 k g	C 女子	2 . 7 2 1 k g
		B 男子	4 . 0 0 0 k g		
		B 女子	2 . 7 2 1 k g		
	円盤	A B C 男子	1 . 5 0 0 k g		
		A B C 女子	1 . 0 0 0 k g		

10．練習場 補助競技場を練習場所とするが、円盤投、ジャベリックスローは競技を補助競技場で行うため、補助競技場を使用する場合は、係員の指示に従うこと。

11．使用器具 本部で用意したものを使用すること。

12．競技順 競技順序はプログラム記載順とする。

13．その他

- ・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。