

# 第28回 国際・全日本マスターズ陸上競技選手権 山口(下関)大会 《実施要項》

主催	(社)日本マスターズ陸上競技連合・朝日新聞社・山口陸上競技協会
共催	山口県・山口県教育委員会・下関市・下関市教育委員会
後援	文部科学省・厚生労働省・外務省・(財)日本陸上競技連盟・(財)山口県体育協会・(社)山口県観光連盟・(社)下関観光コンベンション協会・下関市体育協会・萩市・テレビ朝日・朝日放送・日刊スポーツ新聞社・NHK山口放送局・y a b山口朝日放送・K R Y山口放送・t y sテレビ山口・エフエム山口・山口新聞社
主管	山口陸上競技協会・山口マスターズ陸上競技連盟
特別協賛	富士火災海上保険(株)
協賛	(株)サンミック・ミズノ(株)・(株)ニシ・スポーツ
協力	中国マスターズ陸上競技連盟・四国マスターズ陸上競技連盟・山口県実業団陸上競技連盟・下関市陸上競技協会・下関市実業団陸上競技連盟・近畿日本ツーリスト(株)・江崎グリコ(株)

(予定を含む)

1. 期 日 平成19年(2007年)10月26日(金)・27日(土)・28日(日)の3日間  
○日 程 第1日目 開始式 9:00 競技開始 9:30  
第2日目 競技開始 9:00  
第3日目 競技開始 9:00 閉会式 17:00(予定)
2. 開会式 平成19年(2007年)10月25日(木) 18:00~18:30  
交流会 会費:5,000円 会場(海峡メッセ下関) 18:40~20:30
3. 会 場 下関市営下関陸上競技場(競技場コード352010)
4. 競技クラス 平成19年(2007年)10月26日(金)を基準とした満年齢による、男子35歳以上・女子30歳以上とし、5歳刻みの区分とする。
5. 競技種目 男子24種目、女子20種目、リレー6種目とする。(別表1)
6. 競技日程 日程表を原則とするが、多少変更される場合がある。その場合には、各都道府県連盟に連絡する。
7. 参加資格 平成19年(2007年)10月26日(金)を基準とした満年齢による、男子35歳以上・女子30歳以上で次のいずれかに該当する者。  
(1)平成19年度日本マスターズ陸上競技連合に登録した者。  
(2)国外からの参加者は、平成19年度に居住する国マスターズに登録した者。
8. 参加制限 (1)一人が参加できる種目数はリレーを除き3種目以内とする。  
(2)リレーチームの編成は都道府県単位とし、1チーム以内とする。  
(3)外国人のリレー編成は国単位とし、1チームとする。

(4)各リレーの編成は指定した年齢にしたがって行うこと。ただし、高年齢者が低年齢区分に出場することは妨げない。

(5)リレーメンバーの変更は、大会参加者に限るものとする。

- 9. 参加料** (1)一人1種目につき6,000円、1種目増すごとに1,000円を加算する。  
(2)リレーは、1チーム6,000円とする。  
(3)天災など主催者の責任によらない事由により、やむを得ず大会を中止した場合があっても参加料は返却しない。
- 10. 申込方法** (1)大会参加申込書（様式1・2）に必要事項を記入し、参加料を添えて所属する都道府県マスターズ陸上競技連盟へ申し込むこと。  
(2)所属する都道府県マスターズ陸上競技連盟への申込期限は、平成19年8月15日(水)までとする。  
(3)リレーのみに出場する者も(1)の大会参加申込書（様式1）を提出すること。  
(4)申込後の種目の変更及び追加等は一切認めない。  
(5)所属する都道府県連盟を通さない直接の申込みは、一切受け付けない。
- 11. 競技規則** 2007年度日本陸上競技連盟規則、WMA規則、日本マスターズ陸上競技連合競技規則及び、第28回大会競技注意事項により実施する。
- 12. 申込受付証** 参加申込者には、ナンバーを記入した申込受付証を、平成19年10月5日までに、参加者あてに送付するので、大会受付当日に必ず持参すること。
- 13. 参加受付** 大会前日10月25日(木)14時から16時、大会期間中は7時30分から16時の間に大会会場に設置する受付所で、ナンバーカード等を受け取ること。
- 14. 表彰** (1)各クラス種目ごとの1～3位入賞者には賞状及びメダルを授与する。4～6位までには賞状を授与する。  
(2)南部忠平杯男女混合リレーの1位チームには、持ち回りの優勝杯を授与する。  
なお、前年度優勝チームには、レプリカを授与する。  
(3)最優秀選手には織田幹雄賞を授与する。  
(4)男子優秀選手には西田修平賞を、女子優秀選手には青木半治賞を授与する。  
(5)世界新記録達成者に世界記録賞を、日本新記録達成者に日本記録賞を授与する。  
(6)同一クラス5年連続出場者を特別表彰する。  
(7)今大会は国際大会につき、繰り上げ表彰はしない。(海外からの参加競技者を含んだの順位を決定する。)
- 15. 参加者留意事項** (1)参加者は事前に健康診断を受けるなどして、自己の健康管理には十分留意して参加すること。特に、70歳以上の参加者は、健康診断等を受診し自己の健康管理に十分注意して参加すること。(健康診断書の提出は求めません)  
(2)競技中に発生した傷害・疾病・物損事故に対して主催者は応急処置はするが、それ以外の責任は負わない。このことを承知のうえ参加すること。  
(3)大会期間中、主催者は参加選手・競技役員・補助員を対象に傷害保険に加入する。  
(4)参加者は、万一に備え健康保険証を持参することが望ましい。

16. 記録証 記録証を希望する者は、1種目につき500円を添えて大会当日指定の場所の担当係に申し込むこと。

17. 競技の実施細目 (1)3,000m、5,000m、3,000m競歩、5,000m競歩、2,000mSC、3,000mSCは次の制限時間を設ける。(この時間を過ぎてから新しい周回に入らない。)

- |           |             |           |           |           |
|-----------|-------------|-----------|-----------|-----------|
| ○3,000m   | ・ M65以下=17分 | M70以上=20分 | W45以下=17分 | W50以上=20分 |
| ○5,000m   | ・ M45以下=22分 | M50以上=25分 |           |           |
| ○3,000m競歩 | ・ M65以下=22分 | M70以上=26分 | W45以下=22分 | W50以上=26分 |
| ○5,000m競歩 | ・ M45以下=35分 | M50以上=40分 |           |           |
| ○2,000mSC | ・ M70以下=10分 | M75以上=12分 | W全クラス=12分 |           |
| ○3,000mSC | ・ M45以下=14分 | M50以上=15分 |           |           |

(2)中・長距離種目は、競技規則に定められた人数以上で競技を行うことがある。

(3)複数の組で行われる競走競技は全てタイムレースとするので、参加申込書の最近の記録は正確に記入すること。同記録で順位を決定できない場合は、生年月日の早い者を上位とする。

(4)使用するスパイクピンの長さは、トラック7mm以下、フィールド9mm以下を使用すること。

(5)用器具の持参は認めない。ただし、棒高跳用ポールは各自で持参のこと。

※ボールの送り先

〒750-0411 山口県下関市向洋町1-10-1

下関市営陸上競技場 気付(電話 0832-31-2724)

(送料は、元払いとする)

(6)ハードル競技・障害物競技の種目別基準、投擲競技用具の重量基準、棒高跳のバーの開始の高さは別表(2)~(6)のとおりとする。

(7)リレーメンバーの編成は、あらかじめリレー種目またはそれ以外の種目に申し込んでいる競技者に限る。ただし、8×100mリレーは4名以内とする。また、年齢の高い者が年齢の低いクラスの走者として走ることができる。

18. 記録写真集 1部：3,000円 希望者は(様式1)の所定欄に記入し申し込むこと。

19. 宿泊交通等 近畿日本ツーリスト(株)山口支店

20. その他 競技に対する意義の申し立ては各都道府県の代表者のみとする。

(総括申込書に都道府県の代表者を記入する欄をもうける。)

《本大会に関する問い合わせ先》

◎(社)日本マスタース陸上競技連合事務局

〒640-8355 和歌山市北ノ新地1-25 富士火災ビル2F

TEL073-432-0787 FAX073-432-7416 URL <http://www.j-master.gr.jp/> E-mail [j-master@j-master.gr.jp](mailto:j-master@j-master.gr.jp)

◎第28回国際・全日本マスタース陸上競技選手権 山口(下関)大会 山口実行委員会事務局

〒753-0831 山口市平井773-2 沖田ビル302号室 山口陸上競技協会内

TEL&FAX 083-920-6125 (10時~16時) E-mail [yaaf@yaaf.jp](mailto:yaaf@yaaf.jp)

◎山口マスタース陸上競技連盟事務局

〒758-0025 萩市土原1区184 齊藤方

TEL&FAX 0838-22-3875 E-mail [fkksq456@ybb.ne.jp](mailto:fkksq456@ybb.ne.jp)

別表(1) 競技種目

種目	男子年齢区分	女子年齢区分	備考		
トラック	100m	全クラス	全クラス		
	200m	〃	〃		
	400m	～M90	～W80		
	800m	～M90	～W80		
	1,500m	～M90	～W80		
	3,000m	M60～M80	W30～W70	制限時間設定	
	5,000m	M35～M55	—	制限時間設定	
	3,000m競歩	M60～M80	～W80	制限時間設定	
	5,000m競歩	M35～M55	—	制限時間設定	
	競技	80mH	M70～M80	W40～W70	
		100mH	M50～M65	W30～W35	
		110mH	M35～M45	—	
		300mH	M60～M80	W50～W70	
		400mH	M35～M55	W30～W45	
		2,000mSC	M60～M80	W30～W70	制限時間設定
		3,000mSC	M35～M55	—	制限時間設定
跳躍競技		走高跳	全クラス	全クラス	
	棒高跳	～M90	～W80		
	走幅跳	〃	〃		
	三段跳	〃	〃		
投擲競技	砲丸投	全クラス	全クラス		
	円盤投	〃	〃		
	ハンマー投	〃	〃		
	やり投	〃	〃		
リレー	4×100mR	年代別 ①60歳以上 ②50歳以上 ③40歳以上 ④35歳以上	年代別 ①50歳以上 ②40歳以上 ③40歳以上 ④30歳以上	○内数字は、リレーオーダーを示している。 (厳守のこと)	
	4×100mR	還 暦 ①70歳以上 ②65歳以上 ③65歳以上 ④60歳以上	共通30歳以上		
	4×400mR	年代別 ①60歳以上 ②50歳以上 ③40歳以上 ④35歳以上			
	南部杯男女混成 8×100mR	①M70 ②W50 ③M60 ④M50 ⑤W40 ⑥M40 ⑦W30 ⑧M35			

別表(2) ハードル競技の種目別基準

性別	種別	クラス	種目	高さ	台数	第1ハードルまで	間隔	ゴールまで	備考
男	スプリント	M35～M45	110m	0.991m	10	13.72m	9.14m	14.02m	
		M50～M55	100m	0.914m	10	13m	8.5m	10.5m	
		M60～M65	100m	0.840m	10	16m	8m	12m	2002年より適用
		M70～M75	80m	0.762m	8	12m	7m	19m	
		M80	80m	0.686m	8	12m	7m	19m	※2002年より適用
子	ミドル	M35～M45	400m	0.914m	10	45m	35m	40m	
		M50～M55	400m	0.840m	10	45m	35m	40m	
		M60～M65	300m	0.762m	7	50m	35m	40m	
		M70～M80	300m	0.686m	7	50m	35m	40m	※2002年より適用
女	スプリント	W30～W35	100m	0.840m	10	13m	8.5m	10.5m	
		W40～W45	80m	0.762m	8	12m	8m	12m	
		W50～W55	80m	0.762m	8	12m	7m	19m	
		W60～W70	80m	0.686m	8	12m	7m	19m	※2002年より適用
子	ミドル	W30～W45	400m	0.762m	10	45m	35m	40m	
		W50～W55	300m	0.762m	7	50m	35m	40m	
		W60～W70	300m	0.686m	7	50m	35m	40m	※2002年より適用

※小学生基準0.7m使用

別表(3) 障害物競技の障害物高さ基準

性別	種目	水際に接した障害物	それ以外の障害物	備考
男子	3,000mSC	0.914m	0.914m	
	2,000mSC	0.762m	0.762m	2002年より適用
女子	2,000mSC	0.762m	0.762m	2002年より適用

別表(4) 投てき競技用具最小重量基準

性別	クラス	砲丸・ハンマー	円盤	やり	備考
男子	M35~M45	7.260kg	2.0kg	800g	
	M50~M55	6.0kg	1.5kg	700g	やり・2002年より適用
	M60~M65	5.0kg	1.0kg	600g	
	M70~M75	4.0kg		500g	やり・2002年より適用
	M80以上	3.0kg		400g	やり・2002年より適用／砲丸・ハンマー 2006年より適用
女子	W30~W45	4.0kg	1.0kg	600g	
	W50~W55	3.0kg		500g	やり・2002年より適用
	W60~W75	3.0kg		400g	
	W80以上	3.0kg	0.75kg		円盤・2007年より適用

別表(5) 走高跳のバーの上げ方基準

性別	クラス	バーの高さ		
		練習	開始高さ	上げ幅
男子	M35	1.35m	1.40m	5cm刻み
	M40~M45	1.25m	1.30m	
	M50	1.20m	1.25m	
	M55	1.10m	1.15m	
	M60~M65	1.00m	1.05m	
	M70	0.95m	1.00m	
	M75	0.85m	0.90m	
	M80以上	0.75m	0.80m	
女子	W30	1.20m	1.25m	3cm刻み
	W35	1.10m	1.15m	
	W40	0.95m	1.00m	
	W45~W50	0.85m	0.90m	
	W55~W60	0.80m	0.85m	
	W65~W75	0.70m	0.72m	
	W80以上	0.60m	0.62m	

別表(6) 棒高跳のバーの上げ方基準

性別	クラス	バーの高さ		
		練習	開始高さ	上げ幅
男子	M35	2.60m	2.70m	10cm刻み
	M40	2.40m	2.50m	
	M45	2.30m	2.40m	
	M50	2.10m	2.20m	
	M55	1.90m	2.00m	
	M60	1.70m	1.80m	
	M65	1.60m	1.70m	
	M70	1.50m	1.60m	
	M75	1.40m	1.50m	
M80以上	1.40m	1.50m	5cm刻み	
女子	W30~W35	1.60m	1.70m	10cm刻み
	W40	1.50m	1.60m	
	W45	1.40m	1.50m	
	W50~W55	1.30m	1.40m	
	W60以上	1.20m	1.30m	

# 競技日程について

種 目		M35	M40	M45	M50	M55	M60	M65	M70	M75	M80	M85	M90	M95	M100+
男 子 (M)	ト	100m			28(日)			27(土)							
	ト	200m			27(土)			26(金)							
	ト	400m			28(日)			27(土)							
	ト	800m			26(金)										
	ト	1,500m			27(土)										
	ラ	3,000m			28(日)										
	ラ	5,000m			28(日)										
	ツ	80m H			28(日)										
	ツ	100m H			28(日)										
	ツ	110m H			27(土)										
	ク	300m H			26(金)										
	ク	400m H			26(金)										
	ク	2,000mSC			26(金)										
	ク	3,000mSC			26(金)										
	ク	3,000m競歩			26(金)										
	ク	5,000m競歩			27(土)										
	跳 躍	走高跳	26(金)			27(土)			28(日)						
		棒高跳	27(土)			28(日)			27(土)						
		走幅跳	28(日)			26(金)			28(日)			26(金)			
		三段跳	27(土)												
投 擲	砲丸投	26(金)			27(土)			26(金)							
	円盤投	27(土)			26(金)			27(土)			28(日)				
	ハンマー投	26(金)			27(土)			26(金)			28(日)				
	やり投	27(土)						26(金)							
リ レ ー	4×100m R (年代別)							28(日)							
	4×100m R (還 暦)							27(土)							
	4×400m R (年代別)							27(土)							
	8×100m R (混 成)							26(金)							

種 目		W30	W35	W40	W45	W50	W55	W60	W65	W70	W75	W80	W85	W90+
女 子 (W)	ト	100m			28(日)			27(土)						
	ト	200m			27(土)			26(金)						
	ト	400m			28(日)			27(土)						
	ト	800m			26(金)									
	ラ	1,500m			27(土)									
	ラ	3,000m			26(金)									
	ツ	80m H			28(日)									
	ツ	100m H			28(日)									
	ク	300m H			26(金)									
	ク	400m H			26(金)									
	ク	2,000mSC			26(金)									
	ク	3,000m競歩			27(土)									
	跳 躍	走高跳	27(土)			26(金)								
		棒高跳	26(金)											
		走幅跳	26(金)											
		三段跳	27(土)											
	投 擲	砲丸投	26(金)			27(土)			26(金)					
		円盤投	28(日)			26(金)			28(日)					
		ハンマー投	27(土)											
		やり投	26(金)			27(土)			26(金)					
リ レ ー	4×100m R (年代別)							27(土)						
	4×100m R (共 通)							28(日)						

※この日程はあくまで予定です。参加者数によっては、大きく変更になることがあります。ご注意ください。

# 健康対策について

(社)日本マスターズ陸上競技連合

参加申込に際しては、下記の(財)日本陸上競技連盟医事委員会監修の「健康チェックリスト」により、各自で事前に健康チェックをしてください。あてはまる項目があれば、かかりつけ医に相談し、自己の責任において必要な対応を行ってください。

健康管理には万全を期して参加していただきますようお願いいたします。

## 山口（下関）大会参加 申込時健康チェックリスト

(財)日本陸上競技連盟医事委員会

2003.7.17

大会の申し込みにあたって、健康チェックが必要です。申込者各自で責任をもって確認してください。

(A) 下記の項目（1～4）のうち、1つでもあてはまる項目があれば、大会参加の可否について、かかりつけ医によく相談してください。かかりつけ医の指導のもと、健康診断や心臓検診を受けてください。

大会に参加する場合には、自己責任で行ってください。

- 1. 心臓病（心筋梗塞、狭心症、心筋症、弁膜症、不整脈など）の診断を受けている、もしくは治療中である。
- 2. 突然、気を失ったこと（失神発作）がある。
- 3. 血縁者に、いわゆる“心臓マヒ”で突然亡くなった方がいる。（突然死）
- 4. 最近1年以上、健康診断を受けていない。

(B) 下記の項目（5～8）は、心筋梗塞や狭心症になりやすい危険因子です。あてはまる項目があれば、かかりつけ医に相談し、大会参加前までに状態を安定させてください。

- 5. 血圧が高い。（高血圧）
- 6. 血糖値が高い。（糖尿病）
- 7. コレステロールや中性脂肪が高い。（高脂血症）
- 8. たばこを吸っている。（喫煙）

※かかりつけ医とは、みなさんの健康や体調を管理してくださっている身近なドクターです。

※かかりつけ医をきちんと決めて、各種の検査や大会参加などについて相談しましょう。

## 【個人情報について】

参加申込書にご記入いただいた内容は、本大会の運営に必要な情報として使用いたします。ご記入いただいた氏名・住所・電話番号は、大会事務局および(社)日本マスターズ陸上競技連合からの事務連絡にも使わせていただきます。これ以外に(社)日本マスターズ陸上競技連合および都道府県マスターズ陸上競技連合から各種ご案内（競技会・講習会・セミナー等）やアンケートのご案内をさせていただくことがあります。



# 第28回 国際・全日本マスターズ陸上競技選手権山口(下関)大会 参加申込書

※正確に間違いのないように記入してください。

ナンバー	※	氏名	フリガナ	生年月日	西暦19 年 明・大・昭 年 月 日	2007年10月26日現在 満 歳	
現住所	(〒 - ) 都・道 府・県			電話番号	( ) -		
登録都道府県	登録番号		-				
性別	男子・女子	クラス	M W	申込種目	①	②	③
<p>上記のとおり _____ 種目(参加料 _____ 円)を申し込みます。参加に際しては、「山口大会健康チェックリスト」にもとづき自己責任において事前に健康チェックを行ったうえで参加申込をいたします。</p> <p>大会参加中に万一自己の責任による疾病、傷害事故については、応急処置は受けても主催者には一切責めを負わないことを誓約いたします。このことは、家族、親族も同意しています。なお、参加基準による年齢が70歳以上であるため、自主的に健康診断を受診(大会開催日1ヶ月以内)し、大会に出場いたします。</p> <p>2007年      月      日</p>							
(社)日本マスターズ陸上競技連合 様				2007年度		登録済み	
				連盟チェック		登録申請中	
参加者本人氏名(署名)							印
納入金額内訳			事前調査事項				
大会参加料		円	(該当者は○印をしてください)				
記録写真集		円	同クラス5年連続出場				
交流会		円	※申込後に追加されても一切受け付けません。				
合計		円					
開会式への参加について			出席	欠席	どちらかに○をお願いします。		

## 参加申込書・種目別申込個票 記入上の注意事項

1. 年齢は10月26日現在の満年齢を正確に記入してください。
  2. 氏名には必ず「フリガナ」をつけてください。
  3. ※欄は記入しない。最近の最高記録はできるだけ公認記録を記入してください。  
記録のない場合は、( )書きで目標(予定)記録を記入してください。
- この大会申込書は第28回国際・全日本マスターズ陸上選手権山口(下関)大会のみに使用。

(様式2)

正確に間違いのないように記入してください。

種目別申込個票 (1種目1枚)				
性別		男子 (M)		女子 (W)
クラス	M W	満年齢	10月26日 大会当日	歳
出場種目				
ナンバーカード	※			
氏名	フリガナ			
都道府県名		登録番号		
最近の最高記録				

正確に間違いのないように記入してください。

種目別申込個票 (1種目1枚)				
性別		男子 (M)		女子 (W)
クラス	M W	満年齢	10月26日 大会当日	歳
出場種目				
ナンバーカード	※			
氏名	フリガナ			
都道府県名		登録番号		
最近の最高記録				

正確に間違いのないように記入してください。

種目別申込個票 (1種目1枚)				
性別		男子 (M)		女子 (W)
クラス	M W	満年齢	10月26日 大会当日	歳
出場種目				
ナンバーカード	※			
氏名	フリガナ			
都道府県名		登録番号		
最近の最高記録				

## 歓迎のごあいさつ

謹啓 皆様方には、ますますご隆盛のこととお喜び申し上げます。

さて、このたび「第28回国際・全日本マスターズ陸上競技選手権・山口（下関）大会」が開催されますことを心よりお祝い申し上げます。

開催にあたり、全国よりご参加いただく皆様方の便宜をお図りするために、私ども近畿日本ツーリストが、ご宿泊・交通・お弁当のご案内をさせていただくことになりました。

今大会が盛大かつ有意義なものとなりますよう一生懸命努めさせていただく所存です。皆様方のご参加を心よりお待ちしております。

謹言

### 1. 【宿泊のご案内】

宿泊設定日：平成19年10月25日(木)・26日(金)・27日(土)

記号	ホテル名	宿泊料金(税金・サービス料金込)					
		2名1室		1名1室		4名1室(和室利用)	
		1泊朝食	1泊2食	1泊朝食	1泊2食	1泊朝食	1泊2食
①	ホテルVIP南国	6,300	設定なし	7,350	設定なし	設定なし	設定なし
	ビジネスホテル下関						
	グリーンホテル下関						
	下関サンシャインホテル						
	下関ステーションホテル						
	ビジネスホテルはやし						
	ビジネスホテル新下関						
②	下関駅西ワシントンホテル	8,400	設定なし	9,450	設定なし	設定なし	設定なし
	ヴィアイン下関						
	東京第一ホテル下関						
	プラザホテル下関						
	下関東急イン						
③	下関マリンホテル	10,500	12,800	設定なし	設定なし	9,500	11,800
④	川棚グランドホテルお多福	設定なし	設定なし	設定なし	設定なし	設定なし	15,750~22,050
⑤	グランドホテルニュー湯谷	設定なし	14,700~15,750	設定なし	設定なし	設定なし	11,550~12,600

- (1) 宿泊料金は1泊朝食付のご案内となります。何れも税・サービス料金込みの一人当たりの料金です。
- (2) 同室を希望される方はお申込み書に同室者名を必ず明記してください。
- (3) ご希望のホテルならびに部屋タイプが満室等の理由により手配出来ない場合は事前に当社よりご連絡申し上げます。
- (4) 朝食が不要な場合でも、特別料金のため朝食代のご返金は出来ません。予めご了承下さい。

