

競技注意事項

1 競技は、2024年度日本陸上競技連盟競技規則、日本マスターズ陸上競技連合競技規則及び本大会実施要項により行う。
特に、不正スタートした競技者は、すべて失格とする。

2 招集については次のとおり。(招集所は100mスタート付近スタンド下)

トラック競技は、競技開始時刻20分前に始め同じく10分前に終了する。

フィールド競技は、競技開始時刻30分前に始め同じく20分前に終了する。

複数種目に出場する等の場合は、招集時刻前による招集を認めるので招集所に申し出ること。

なお、上記の競技開始時刻とはプログラム記載の時刻をいう。

3 トラック競技は全てタイムレース決勝とし、同タイムの場合は年長者を上位とする。
走高跳以外のフィールド競技の試技数は各クラスのトップ8(同記録の者が複数ある場合はそのすべて)を決めるまでは3回とし、トップ8による4回目以降の試技数は1回とする。競技進行上、4回目の試技順もプログラム記載の番号順とする。

4 トラック競技のレースは、複数の年齢区分で同時スタートする場合がある。

5 砲丸・円盤・やりの検定は、競技開始20分前に投てき場にて行う。

6 競技場外での投てき練習は禁止。招集終了後、競技場内投てき場にて審判員の指示で練習する。

7 更衣室は使用できるが、所持品の管理は各自の責任とする。

8 各自が使用した場所は責任をもって清掃し、ゴミ等は持ち帰ること。

9 各クラス3位までの入賞者は、競技終了後1時間を目処に本部にて賞状を受け取ること。

主催者は賞状を送付しない。但し、受付で角形2号封筒を200円(送料+手数料。百円硬貨2枚に限る)で購入し宛先を記入すれば、主催者が郵送手配する。

10 競技中に発生した疾病、傷害、事故等については応急措置は行うが、以後の責任は主催者側は一切負わない。

投てき器具の重さ

| | クラス | 砲丸 | 円盤 | やり |
|----|------------|--------|--------|------|
| 男子 | M-24 ~ M45 | 7.26kg | 2.00kg | 800g |
| | M50・M55 | 6.00kg | 1.50kg | 700g |
| | M60・M65 | 5.00kg | 1.00kg | 600g |
| | M70・M75 | 4.00kg | 1.00kg | 500g |
| | M80 ~ | 3.00kg | 1.00kg | 400g |
| 女子 | W-24 ~ W45 | 4.00kg | 1.00kg | 600g |
| | W50 ~ W70 | 3.00kg | 1.00kg | 500g |
| | W75 ~ | 2.00kg | 0.75kg | 400g |