

# 牛久高校陸上競技部競技会 競 技 日 程 (案)

7月11日(土) 8:00 審判打ち合わせ・役割分担(会議室内)

トラック競技				予定			
順序	競技開始時刻	招集完了時刻	性別	種 目	種別	組・着・十	選手・チーム数
1	10:00	9:30	男女	3000m	決勝タ	1組	
2	10:15	9:45	男女	200m	決勝タ	1組	
3	10:30	10:00	女	400m	決勝タ	1組	
3	10:30	10:00	男	400m	決勝タ	1組	
4	11:00	10:30	女	1500m	決勝タ	1組	
4	11:00	10:30	男	1500m	決勝タ	1組	
大障害準備(学校の場合ハードル・朝礼台設置)							
5	12:15	11:45	男	3000msc	決勝タ	1組	
100mH設置・ハードル練習時間(11:25~12:30)7,8レーン 4-6レーン12:00設置							
6	12:40	12:10	女	100mH	決勝タ	1組	
7	13:00	12:30	女	100m	決勝タ	1組	
8	13:05	12:35	男	100m	決勝タ	1組	
バックストレート7・8レーン400mハードル練習時間(12:00以降)1~5台目							
400mハードル設置							
9	13:30	13:00	男女	400mH	決勝タ	1組	
10	14:00	13:30	女	800m	決勝タ	1組	
11	14:05	13:35	男	800m	決勝タ	1組	
12	15:30	15:00	女	4×200mR	決勝タ	1組	
13	15:40	15:10	男	4×200mR	決勝タ	1組	

トラックのアップについては、競技に支障の無いようにバックストレートで行うこと。

跳躍競技						
順序	競技開始時刻	招集完了時刻	性別	種 目	種別	ピット・連絡
1	10:00	9:30	女	走高跳	決勝	
1	10:00	9:30	男	走高跳	決勝	
2	11:00	10:30	女	走幅跳	決勝	予選3本・決勝3本
2	11:00	10:30	男	走幅跳	決勝	
3	13:00	12:30	女	棒高跳	決勝	
3	13:00	12:30	男	棒高跳	決勝	
4	14:00	13:30	女	三段跳	決勝	予選3本・決勝3本
4	14:00	13:30	男	三段跳	決勝	

投擲競技						
順序	競技開始時刻	招集完了時刻	性別	種 目	種別	ピット
3	10:00	9:30	女	砲丸投	決勝	予選3本・決勝3本
3	10:00	9:30	男	砲丸投	決勝	
4	12:00	11:30	女	やり投	決勝	予選3本・決勝3本
4	12:00	11:30	男	やり投	決勝	

予選3本・決勝8名で3本実施(男女30名以上の場合は予選2本・決勝2本の予定)

## 競技上の注意

### 0 道具や準備・現地での招集や運営は、基本的には出場者で助け合っで行うこととする。

- 招集、第1次コールは、トラック競技は30分前に完了。第2次コールは10分前に現地で行うこととフィールド競技は第1次コールを済ませ、競技開始30分前に現地にて練習・第2次コールを行
- 選手の変更は認めないものとする。
- ナンバーカードは所定の物を使用し、胸背部に付ける。  
ただし、跳躍競技については片方のみでも良い。
- 腰ナンバーカードは、各自で用意する。
- スパイクの針は、トラック9mm以下、走高跳と槍投は12mm以下を使用すること。