

龍ヶ崎陸上競技会競技日程

参加料 1種目200円(事前振込制)

開場 7:30 (開場時間以前に競技場内に入らないこと)

4月5(火) 8:00 審判打ち合わせ・役割分担確認(役員室内)

16:50競技終了予定(17:00までに競技場を出ること)

4.1訂正版

トラック競技

順序	競技開始時刻	スタート地点集合時刻	性別	種目	種別	組・着・十	選手・チーム数
1	9:20	9:10	女	4×100mR	決勝タ	2組	12
2	9:30	9:20	男	4×100mR	決勝タ	2組	11
3	9:40	9:30	女	800m	決勝タ	4組	25
4	10:00	9:50	男	800m	決勝タ	5組	41
5	10:25	10:15	女	200m	決勝タ	4組	30
6	10:45	10:35	男	200m	決勝タ	7組	49
7	11:20	11:10	男	3000m	決勝タ	1組	7
8	11:45	11:35	女	400m	決勝タ	2組	15
9	11:55	11:45	男	400m	決勝タ	5組	37
10	12:20	12:10	女	1500m	決勝タ	1組	11
11	12:30	12:20	男	1500m	決勝タ	2組	43
12	12:50	12:40	男女	5000m	決勝タ	1組	男女2女1
				ハードル練習時間(12:50~13:30) ※競歩の間に設置(6-8レーン各高さ1R使用) 6R 中学男子110mH 7R 高校女子100mH 8R 高校男子110mH			
13	13:30	13:20	女	中学・100mH	決勝タ	1組	2
14	13:40	13:30	女	高校・100mH	決勝タ	1組	3
15	13:50	13:40	男	中学・110mH	決勝タ	1組	2
16	14:00	13:50	男	高校110mH	決勝タ	1組	2
17	14:20	14:10	女	100m	決勝タ	8組	61
18	14:45	14:35	男	100m	決勝タ	12組	94
				バックストレート7・8レーン400mハードル練習時間(14:20~15:00)1~5台目 高校110mH終了後にハードル移動して試合用器具で練習可(競技者で移動)			
19	15:25	15:15	女	400mH	決勝タ	1組	8
20	15:35	15:25	男	400mH	決勝タ	1組	7
21	15:45	15:35	女	3000m	決勝タ	1組	4
22	16:00	15:50	男女	5000m	決勝タ	1組	10
				男女5000m最終周に23分までに入れない選手は途中で棄権していただく予定です。			
23	16:25	16:15	女	4×400mR	決勝タ	2組	9
24	16:40	16:30	男	4×400mR	決勝タ	2組	16

召集は朝100mスタート付近の掲示板に欠席者のみ線を引く その後はスタート付近に10分前に集合
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	現地集合時刻	性別	種目	種別	ピット・連絡	
3	10:00	9:30	女	棒高跳	決勝	第二曲走路	4
3	10:00	9:30	男	棒高跳	決勝		8
2	10:30	10:00	女	走幅跳	決勝	予選2本・決勝2本	23
2	10:30	10:00	男	走幅跳	決勝		20
1	13:00	12:30	女	走高跳	決勝	第二曲走路	9
1	13:00	12:30	男	走高跳	決勝		3
4	14:00	13:30	女	三段跳	決勝	予選2本・決勝2本	6
4	14:00	13:30	男	三段跳	決勝		10

現地在準備できたら練習可(高・三段) 公式練習なし(フリー練習)

前の競技が終了後に練習可(棒高・幅)

予選3本・決勝8名で3本実施(男女30名以上の場合は幅・三段予選2本・決勝2本の予定)

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	
1	10:00	9:30	女	円盤投	決勝	第一曲走路	10
1	10:00	9:30	男	円盤投	決勝	第一曲走路	13
3	12:00	11:30	女	砲丸投	決勝	第一曲走路	11
3	12:00	11:30	男	砲丸投	決勝	第一曲走路	8
4	15:00	14:30	女	やり投・ジャベ	決勝	第一曲走路	12
4	15:00	14:30	男	やり投・ジャベ	決勝	第一曲走路	17

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・現地での召集や運営・補助員等は、基本的には出場者で助け合って行う。

- 1 召集は棄権者のみ朝のうちに線で消す。トラックレースのコールは10分前に現地で行うこととする
フィールド競技は競技開始30分前に現地にて練習中にコールを行う。
- 2 選手の変更は認めないものとする。
- 3 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。
- 4 腰ナンバーカードは、各自で用意する。(中学生は本部に申し出て借りることもできる)
- 5 長距離のトラック種目については、本部で用意したレーンナンバーカードを自分のナンバーカード上に付ける。レース終了後は直ちに係りの者に返却するものとする。
- 6 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。
※トラックレースでは、今年度より改定されたシューズ規定を順守すること。
- 7 競技が終了した選手から早めに帰宅しましょう。(感染拡大防止のため)