

競技注意事項

<新型コロナウイルス感染症拡大防止対策について>

- ・参加関係者の皆さんは、事前に横浜市陸上競技協会のHPに掲載されている「感染症対策」の内容を必ず確認してください。
- ・競技会当日の提出書類について
市民大会の一般・大学生と同様に原則として「体調管理チェックシート」を提出。ただし持ってきていない場合は、市民マスターズ受付まで来ていただいて指定された用紙に記入していただくことになります。
※来場が二日続く場合は、新たに体調管理チェックシートを用意して、一日分だけ記入して提出してください。
- ・マスク着用の考え方の見直しがありました。感染症対策の基本方針に基づく対策は重要です。引き続き「三つの密」の回避、「人との距離の確保」、「手洗い等の手指消毒」、「換気」等の励行を実施します。
- ・声を出して応援する場合は、できるだけマスクを着用する。

- 1. 規 則** 競技は、2023年度日本陸上競技連盟競技規則、及び本大会規定により実施します。
クラス分けは、以下の表のとおりです。
競技によっては、男子と女子が同じ組で実施する場合があります。

男子クラス		女子クラス	
M35	35歳～39歳	W30	30歳～39歳
M40	40歳～44歳	W40	40歳～49歳
M45	45歳～49歳	W50	50歳～59歳
M50	50歳～54歳	W60	60歳～69歳
M55	55歳～59歳	W70	70歳～79歳
M60	60歳～64歳	W80	80歳以上
M65	65歳～69歳		
M70	70歳～74歳		
M75	75歳～79歳		
M80	80歳～84歳		
M85	85歳以上		

- 2. 用 器 具** 砲丸、円盤は主催者が用意した物を使用してください。
使用する砲丸、円盤の重量は次のとおりとします。

男子			女子		
クラス	砲丸	円盤	クラス	砲丸	円盤
M35、M40、M45 (49歳以下)	7.26kg	2.0kg	W30、W40 (49歳以下)	4.0kg	1.0kg
M50、M55 (50歳～59歳)	6.0kg	1.5kg	W50、W55 (50歳～59歳)	3.0kg	1.0kg
M60、M65 (60歳～69歳)	5.0kg	1.0kg	W80 (80歳以上)	2.0kg	0.75kg
M70、M75 (70歳～79歳)	4.0kg	1.0kg			
M80、M85 (80歳以上)	3.0kg	1.0kg			

- 3. 練 習**
- ① 練習は補助競技場を使用してください。ただし、跳躍競技、投てき競技の練習は、役員の指示により競技開始40分前から本競技場で行います。公園内などの競技場外での練習は一切禁止とします。
 - ② 補助競技場が使用できない場合は本競技場の一部を開放することがあります。その場合は競技役員の指示に従ってください。
 - ③ 練習は、周囲の状況を確認しながら、危険防止に配慮して安全に行ってください。

- 4. 競 技 場** 運動靴か陸上用スパイク(ピンは平行ピン9ミリまで)をご利用ください。

- 5. 招 集**
- ①トラック種目は競技開始時刻の30分前、フィールド種目は40分前までに必ず出場確認(コール)を受けてください。出場確認場所は100mスタート地点付近のスタンド下とします。
 - ②競技者は競技開始10分までに各競技場所で最終コールを受けてください。
 - ③コールに遅れた場合は、競技に出場できませんのでご注意ください。

6. アスリートビブス

- ① アスリートビブス(ナンバーカード)は、受付の際に入っているものを使用します。2日間とも同じものを使用します。
- ② アスリートビブス2枚をユニフォームの胸と背に着けてください。なお、走高跳、走幅跳の競技者は胸又は背に1枚だけ着けることもできます。
- ③トラック種目はレーンナンバーカードを使用します。レーンナンバーカードを右腰に付けて出場してください。
- ④ 5000mは特別ナンバーカードを使用します。組ごとに色付きで特別ナンバーカードは事前配布します。競技終了後、アスリートビブス、特別ナンバーカードはお持ち帰りください。
- ⑤ 5000mに出場する競技者は、特別ナンバーカードと同じ番号のレーンナンバーカードを右腰に、さらに競技者受付で主催者が用意したトランスポンダー(周回確認用)のチップ付腰ナンバーカードを左腰に着けてください。チップ付き腰ナンバーカードは競技終了後、必ずフィニッシュ付近の回収場所にご返却お願いいたします。

7. 競技方法

競技場に来られたらまず100mスタート付近のマスターズ受付で受付を済ませてください。

- ①トラック競技の走路順、及びフィールド競技の試技順はプログラム記載のとおりとします。
- ②走幅跳、及び投てき競技の試技数は各種目とも3回とします。
- ③競技会のスムーズな運営のため、次の種目は制限時間を設けます。制限時間内に最終周回に入っていない場合は競技を中止して頂きますので、競技役員の指示に従い速やかにトラックから出てください。

1500 6分00秒、5000m 27分00秒

- ④走高跳は1m00から開始し、以後5cmずつ上げます。
- ⑤スタート時の不適切行為については、審判長により警告(イエローカード)を与えられることがあります。本大会では、同一レースで2枚のイエローカードが与えられた時には当該レースは失格となります。但し、本大会に複数種目出場の場合、他の種目には出場できます。

8. 表 彰

各種目とも第3位まで表彰します。成績発表後入賞者はマスターズ大会競技者受付まで賞状を受け取りに来てください。(大会終了後の賞状の郵送等は致しません。)

9. そ の 他

- ①プログラム等の記載に誤りがあった場合は、競技開始前までに必ず担当者へご連絡ください。
- ②競技中の事故等の場合は、応急処置はしますが、その後の責任は一切負いません。但し、スポーツ傷害保険に加入していますので、本大会に出場したことが原因で入院・通院した場合は担当者までご連絡ください。(連絡先)080-3481-3496
- ③競技場内は、全面禁煙です。(喫煙される場合は、競技場の外でお願い致します。)
- ④大会開催中にご不明な点がございましたら、横浜市民マスターズ陸上競技大会事務局の松岡(マツオカ)までお問い合わせください。(連絡先)080-3481-3496

競技終了後、ごみ等は必ずお持ち帰りください。

横浜市陸上競技協会主催の「2023年度競技会の競技運営について」

2023年4月1日

1. 感染症対策について

- ・マスクの着用は任意とします。
- ・消毒液等は設置し、必要に応じて使用可能な体制を整えます。
- ・5月8日前の競技会においては、「体調管理チェックシート」「参加承諾書」の提出は継続します。
- ・リストバンドの使用は廃止します。

2. 招集方法について

- ・2020年度以降、競技会での感染症対策として、スタート現地にて招集を行ってきましたが、2023年度の競技会から競技規則とおりに第一次招集は競技場の招集所にて実施します。但し、できるだけ混雑をさけるため組毎に招集時間の設定を工夫します。

3. 観客の入場について

- ・感染症対策から競技場への入場は、出場者と競技役員等の関係者のみとしていましたが、2023年度の競技会から一般入場者の制限は行いません。

4. 基本的な感染症対策について

- ・マスク着用の見直しがありましたが、新型コロナウイルス感染症対策の基本方針(令和3年11月19日新型コロナウイルス感染症対策本部決定の「基本的対処方針」)に基づく基本的な感染症対策は重要であり、引き続き「三つの密」の回避、「人と人の距離の確保」、「手洗い等の手指衛生」、「換気」等の励行を実施します。