

令和6年度（第35回）横浜市民マスタースポーツ大会陸上競技大会 開催要項
兼 ねんりんピックはばたけ鳥取2024マラソン横浜市代表選手選考会

【趣 旨】生涯スポーツの展開を背景に、市民の健康と生きがいに貢献し、中高年層のスポーツ交流を通じて、市民スポーツの振興と、中高年世代の健康増進を図る。

【主 催】公益財団法人 横浜市スポーツ協会・一般社団法人 横浜市陸上競技協会

【共 催】横浜市にぎわいスポーツ文化局

【主 管】一般社団法人 横浜市陸上競技協会

【協 賛】サカタのタネ グリーンサービス株式会社(予定)

【開催期日】令和6年4月14日(土)午前9時開始予定・20日(土) 午前11時開始予定
(雨天決行)※横浜市民スポーツ陸上競技と同時開催

【会 場】横浜市・三ツ沢公園陸上競技場

【アクセス】横浜駅から市営バス・相鉄バスで三ツ沢総合グラウンド入口下車、徒歩5分
横浜市営地下鉄で三ツ沢上町駅下車、徒歩15分

【参加資格】横浜市在住または在勤で、大会当日の満年齢が男子35歳以上、女子30歳以上の健康な人。(陸連登録をしていない方でも参加できます。)

【年齢区分】 男 子 35歳才～39歳 40才～44歳 45才～49歳 50歳～54歳
55歳～59歳 60歳～64歳 65歳～69歳 70歳～74歳
75歳～79歳 80歳～84歳 85歳以上
女 子 30歳～39歳 40歳～49歳 50歳～59歳 60歳～69歳
70歳～79歳 80歳以上

* (注) 投てき種目は70歳～74歳・75歳以上とします。

【種 目】 100m・200m・1500m・5000m・走高跳・走幅跳・砲丸投・円盤投

※走高跳の最初の高さは1mから始めます。

※投てき競技の重量

年令区分	砲 丸	円 盤	年令区分	砲 丸	円 盤
男子 49歳以下	7.26 kg	2.0 kg	女子 49歳以下	4.00 kg	1.0 kg
50～59歳	6.00 kg	1.5 kg	50～74歳	3.00 kg	1.0 kg
60～69歳	5.00 kg	1.0 kg	75歳以上	2.00 kg	0.75 kg
70～79歳	4.00 kg	1.0 kg			
80歳以上	3.00 kg	1.0 kg			

【競技日程】4月14日(日) 200m・1500m・走幅跳・砲丸投

4月20日(土) 100m・5000m・走高跳・円盤投

※ 市民大会の番組編成の関係から、競技日程が4月13日(土)、21日(日)に変更される可能性があります。また競技開始時刻も変更される可能性があります。

【参加制限】出場種目数に制限はありませんが、体調に気を付けて無理のないスケジュールで楽しくご参加ください。

【参加費】1種目 × 800円

【その他費用】1人 × 600円(アスリートバス・スポーツ傷害保険・プログラム代金を含みます。)

【申込方法】以下の①②のどちらかの方法で実施してください。双方とも払い込み後の控えの返送はしなくて結構です。

① 所定の払込取扱票（必要な事項をすでにこちらで印刷したものあるいは郵便局備え付けのものでも可能）に必要事項を記入を記載し、参加費とその他費用の合計金額を指定のゆうちょ銀行にお支払いください。

（添付の申込一覧表ファイルを使わない場合）

② または添付の申込一覧表ファイルを以下事務局に送付（郵送・メールなど）して、参加費とその他費用の合計金額を指定のゆうちょ銀行にお支払いください。

（添付の申込一覧表ファイルを使用する場合）

※『申込み払込み期限 令和6年3月22日(金曜日)』

【競技方法】2024年度日本陸上競技連盟競技規則、および本大会規定により行います。

次の種目は制限時間を設けます。制限時間を超えて次の周回に入ることはいけません。また、競技審判員の判断により途中で中止して頂く場合があります。

1500m 6分 ・ 5000m 27分

走幅跳・投てき競技は3回の試技で順位を決定いたします。

【表彰】各種目とも、年齢区分により3位まで表彰いたします。

【その他】①各種目のタイムスケジュールと受付した方のお名前と種目は、4月8日(月曜日)頃に横浜市陸上競技協会HPにお知らせします。大会受付票などの郵送は原則取りやめにしておりますが、何かあれば以下事務局までお問合せください。

②大会来所初日、当日会場のマスターズ受付にて手続きを済まされて、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。

②アスリートビブス（ナンバーカード）は主催者が用意したものを使用してください。

アスリートビブスは3日とも同じものを使用します。5000mは特別ナンバーカードを使用します。

③健康管理には充分留意し、万全の体調で大会にご参加ください。競技中の怪我や事故に対しての応急処置はしますが、その後の責任は負いません。なお傷害保険に加入しますので、本大会に出場したことが原因で入、通院する場合には、事務局にご連絡ください。大会当日は健康保険証をご持参ください。

④参加申し込みにあたっての個人情報については、大会プログラムに記載されるほか、上位入賞者は主催者が情報提供した新聞紙上などに掲載されることがありますのでご承知おきください。

なお、上記個人情報は次回大会案内等の目的以外には利用いたしません。

⑤写真撮影については、会場で事前に許可を得るとともに、他のルールについても同時開催の横浜市民スポーツ陸上競技大会のルールに従ってください。

⑥大会が中止の場合、それに伴う経費などを勘案し、参加料返金の有無などを決定します。

（事前の準備等から返金無しの可能性があります。）

【事務局：問合せ先】ねんりんピック参加資格は、横浜市在住の男女60歳以上で、この大会での選考レースは

5000m、1500mで行ないます。（ねんりんピック種目は3キロ、5キロ、10キロ予定）

ねんりんピックに関する問い合わせは、電話070-2643-4798 浅海 聡までお願いします。

【市民マスターズ事務局：問合せ先】一般社団法人 横浜市陸上競技協会 横浜市民マスターズ陸上競技大会 事務局

松岡 隆介 メール ryuusonggang@gmail.com

電話 080 3481 3496

〒2360022 横浜市金沢区町屋町 35-34-1 松岡隆介

【具体的なゆうちょ払込取扱票の記載方法】（事務局事前印刷用紙使用の場合はその書式に従ってください。）

○ゆうちょ銀行 ATM 横にある青色の払込取扱票に以下の内容を記入のうえ申し込みください。

○口座記号 00210-9 ○口座番号（右詰めで記入） 左一マスあけて 105910

○金額 先頭に、円や¥はつけないでください。 ○加入者名 一般社団法人 横浜市陸上競技協会

○通信欄 以下の内容を空欄に機械処理に適した文字が判別できるようにきれいに記載してください。

・参加種目

100m・200m・1500m・5000m、走高跳・走幅跳・砲丸投・円盤投

※複数種目の場合は列挙してください。

・ねりんピック出場希望 有・無（1500m・5000m出場者に限ります。）

・年齢区分 以下の中からご自身の区分を記載してください。

男子 35歳才～39歳 40才～44歳 45才～49歳 50歳～54歳
55歳～59歳 60歳～64歳 65歳～69歳 70歳～74歳
75歳～79歳 80歳～84歳 85歳以上

女子 30歳～39歳 40歳～49歳 50歳～59歳 60歳～69歳
70歳～79歳 80歳以上 *（注）投てき種目は70歳～74歳・75歳以上とします。

・所属・クラブ名

ある場合には記載してください。なければ空欄で結構です。

・参加種目数と金額計算式

参加種目数を記載してください。（1～8の間）、

計算式 $800円 \times (\text{参加種目数}) + \text{ナンバーカード料} 600円 = \text{〇〇円}$

上記のように記載してください。

・おところ 〒 郵便番号を記入 〇〇〇—〇〇〇〇

住所を記載してください。

・生年月日・年齢・性別 例にならって記載してください。

西暦19〇〇年〇〇月〇〇日 年齢〇〇歳（2024年4月の競技当日における満年齢）

性別 男か女を記載

・おなまえ 漢字とふりがなを上につってください。

・ご連絡先電話番号 携帯電話でよろしいのでご本人に連絡がとれる番号を記載してください。

○右端にある振替払込請求書兼受領証（忘れずに記載してください。）

・口座記号番号

00210-9左一マスあけて 105910

・加入者名 一般社団法人 横浜市陸上競技協会

・金額 合計金額です。¥や円をつけないでください。・ご依頼人 ご本人のお名前を記載してください。

例

ゆうちょ払込取扱票に自分で記載する際のイメージ

払込取扱票		振替払込請求書兼受領証	
00	002109	002109	105910
一般社団法人 横浜市陸上競技協会		一般社団法人 横浜市 陸上競技協会	
※参加種目を○で囲んでください。 100m・200m・1500m・5000m・走高跳・走幅跳・砲丸投・円盤投		記載事項を訂正した場合は、その箇所には印を押してください	
参加種目数 X 800円 + ナンバーカード代 600円 = 合計 円		記入者 金 額	
★所属・クラブ名()		ご依頼人 社 名	
生年月日 西暦19 年 月 日		印	
フリガナ		印	
自由の注意事項をお読みください。(ゆうちょ銀行)		印	
ご振込口座には何も記入しないでください		印	