

第41回 九州マスタース陸上競技選手権大会 実施要項

- 1 主 催 九州マスタース陸上競技連盟
- 2 主 管 (一財)宮崎陸上競技協会 宮崎マスタース陸上競技連盟
- 3 後 援 (公社)日本マスタース陸上競技連合 宮崎県 宮崎県教育委員会 (公財)宮崎県スポーツ協会 宮崎市 宮崎日日新聞社 朝日新聞社 NHK宮崎放送局 MRT宮崎放送 UMKテレビ宮崎 (予定)
- 4 期 日 2024年8月18日(日) 雨天決行 開始式 8:30 競技開始 9:00 閉会式 競技終了次第
- 5 会 場 ひなた宮崎県総合運動公園 ひなた陸上競技場
〒889-2151 宮崎県宮崎市大字熊野2206-1 電話:0985-58-5151
- 6 競技クラス 2024年8月18日(日)を基準とした満年齢による。
男子・女子共に18歳以上とし、5歳刻みのクラス分けとする。(別表1参照)
- 7 競技種目 男子22種目(リレー1種目)・女子21種目(リレー1種目)(別表2参照)
- 8 参加資格 2024年度(公社)日本マスタース陸上競技連合及び(公財)日本陸上競技連盟の登録者で
2024年8月18日(日)を基準として、次の条件に該当する者。
(1) 男女共18歳以上の者。(但し、高体連・学連登録者を除く)
(2) 国外からの参加者は、2024年度居住する国のマスタースに登録した者。
- 9 参加制限 (1) 1人が参加できる種目数はリレーを除き、3種目とする。
(2) リレーのチーム編成は、各県単位とし本大会出場選手にて編成すること。
(リレーのみの出場は認めない)
(3) クラス別リレーのチーム編成は、メンバーのうち最も若い年齢クラスとし、少なくとも2名は当該クラスの
競技者がいること。但し、高年齢者が低年齢者区分への出場は可能である。
(4) リレー登録者以外の競技者が走者となる場合、交替は2名以内とする(本大会出場者)。
- 10 参加料 (1) 1種目4,500円、2種目5,500円、3種目6,500円とし、リレーは無料とする。
(2) 入金後の種目変更、参加取り消し等による参加料の返金は一切できない。
(3) 天災地変(地震・台風・水害・コロナ感染拡大など)主催者の責任によらない不測の事態が生じ
大会を中止した場合、納付された参加料は中止を決定した時点までに生じた費用を精査し返金
の有無・金額や方法等の対応を決定する事を予めご了承下さい。
- 11 申込方法 (1) 九州内外を問わず参加者は、所定の参加申込書(郵便払込用紙)に必要事項を記入の上、
参加料と共に大会事務局に申し込むこと。(記載事項がきちんと読み取れるよう丁寧に記入の事)
(2) 九州各県マスタース事務局へは、申込期限終了後に大会事務局でまとめた一覧を、
メールにて送付する。また、宮崎マスタースのホームページにエントリーリストを掲載するので
参加者は、申込事項として相違ないかを確認の上、間違いがあれば大会事務局まで連絡する事。
(3) 申し込み後の種目変更及び追加等は一切認めない。
(4) 他金融機関からの振込の場合、必要事項の確認が取れない場合、受付できない可能性もあるので、
その際は必要事項をメールにて大会事務局にて送付すること。
- 12 申込期限 (1) 申込期限は2024年7月4日(木)必着とする。リレーの申込は各県事務局への一覧到着後
出場選手を確認した上で、チーム編成をし7月31日(水)までにメールにて申し込むこと。
(2) 電話による受付はいたしませんので、必ず所定の郵便払込用紙にて申込の事。
なお、申込期限間近で払込が遅れるようであれば、その旨を大会事務局へ連絡する事。
- 13 表 彰 (1) 各種目、各クラスの1位から3位には賞状及びメダルをを授与する。
九州外の選手においても同様の扱いとする。
(2) 最優秀選手1名、優秀選手男女1名を表彰する。(選考委員会による)但し、対象者は九州マス
ターズ陸上競技連盟所属競技者に限る。
(3) 大会当日受領のないものは、受領放棄とみなし後日の送付等は一切行わない。
(4) 記録証が必要な場合、有料(500円)にて当日受付、後日郵送するものとする。
- 14 競技規則 2024年度(公財)日本陸上競技連盟規則、WMA競技規則、(公社)日本マスタース陸上競技連合規則
・競技細則及び本大会の実施要項申し合わせ事項により競技は実施する。
- 15 競技実施細目 参加者数及び競技運営上、次の制限を設ける。
(1) 800m、1500m、3000m、5000m、3000mWにおいて以下の制限時間を超えた場合は新たな

周回に入らない。但し、M80・W80以上はこの制限を設けない。

800m=7分 1500m=10分 3000m=20分 5000m=30分 3000mW=25分

- (2) 1500m以上のトラック競技においては、競技規則に定める人数以上又は、男女一組により競技を行うことがある。
- (3) 同クラス、同種目で複数の組で行うトラック競技では、全てタイムレースで順位を決める。なお、着差による判定が出来ない場合は、生年月日の早い者を上位とする。
- (4) 競技場は全天候舗装である。スパイクの数は11本以内で、長さ9mm以下とする。ただし、走高跳とやり投げは、12mm以下とする。また、スパイクの先端の直径は4mm以内とする。
- (5) 本大会は、WMA規則第143条(テクニカルルール第5条)の改訂ルールを適用する。規定外のシューズでは競技できない。

【靴底の厚さ】

種目	靴底の厚さ	補足
フィールド種目 (三段跳除く)	20mm以下	靴底の前の部分の中心点の厚さは、かかとの部分の中心点の厚さを超えてはならない。
三段跳び	25mm以下	
800m未満のトラック種目	20mm以下	リレーにおいては、各走者が走る距離に応じて適用する。
800m以上のトラック種目 (競歩除く)	25mm以下	
ロード種目(含む競歩)	40mm以下	

- (6) 立五段跳の踏切版の位置は、5m/7m/9m/11m/13mとする。競技者は自分の踏切位置を事前に審判主任に申し出る事。(WMA非公認)
- (7) 走幅跳の踏切板の位置は2mとする。
- (8) 三段跳の踏切板の位置は、5m/7m/9m/11m/13mとする。競技者は自分の踏切位置を事前に跳躍審判主任に申し出る事。
- (9) 高さを競う跳躍種目を除くフィールド種目(跳躍・投てき)の試技数は、上位8名を決めるまでは3回、上位8名による試技数は2回とする。
- (10) 用器具の持参は認めない。但し、棒高跳びのポールは各自持参すること。(ポールを持参しない者は参加できない。) ポールの送付先及び配達指定は下記の通りとする。また、返送の手配も事前に各自で行うこと。

* 棒高跳びのポールの送付：配達指定(料金元払い)ポールには「九州マスターズ陸上用」と記入。

【送付先】〒889-2151 宮崎県宮崎市大字熊野2206-1 ひなた宮崎県総合運動公園

【配達指定日】 8月17日・18日の2日間です。 電話：0985-58-5151

- (11) ハードル競技の種目別基準、走高跳・棒高跳のバーの上げ方基準、投てき競技用具の重量基準は、別表3～6のとおりとする。
- (12) スタートの合図はイングリッシュコマンド(「On your marks」、「Set」)で行い、80歳以上はスタンディングスタートも認める。ただし、スタンディングスタートの記録は日本陸連公認記録としては認められない。
- (13) 不正スタートは1回目から失格とする。
- (14) 安全面を考慮し、セーフティジャッジを配置する。
セーフティジャッジは、不正を犯した者或は競技者が競技を続けると著しく健康を害すると判断した場合、その競技者を競技から除外する権限を有する。

16 申込受付表 参加申込者には、種目・ナンバー等を記入した受付証を送付するので、大会当日必ず持参し、下記時間に正面玄関付近に設置する、選手受付でアスリートビブス等を受け取ること。

* 受付時間 8月17日(土)13:00～16:00 8月18日(日)7:30～11:30

- 17 留意事項
- (1) 参加者は、事前に健康診断を受けるなどして自己の健康管理に留意して参加すること。
 - (2) 主催者は、競技中に発生した傷害・疾病・物損事故等に対し応急処置を行うが、それ以外の責任は一切負わないので、ご承知の上各自の責任で参加すること。
 - (3) 主催者は、大会期間中参加競技者及び大会関係者を対象に「一日傷害保険」に加入するが、万一年に備え健康保険証を持参するのが、望ましい。

18 個人情報 「参加申込書」に記載された個人情報は、全て大会実行委員会及び大会運営に必要な範囲(事務手続き、競技記録・連絡・運営・問い合わせ対応等)のみに使用する。その他の目的で個人情報を提供していただくときは、その都度連絡する。但し、大会プログラム及びインターネットに映像(肖像)・姓名・年齢・所属・大会成績等が新聞紙上に掲載されることを承知のうえで参加申し込みをすること。

19 問合せ先 (1)九州各県マスターズ陸上競技連盟事務局
 (2)本大会事務局 宮崎マスターズ陸上競技連盟
 〒889-1701 宮崎県宮崎市田野町甲9891-2
 TEL/FAX:0985-51-0035 携帯：090-1340-5117
 E-mail:hjotomo@outlook.jp

20 参加料の振込先

郵便払込	01790-5-122297
名 義	宮崎マスターズ陸上競技連盟

※他金融機関からの振込

銀行名	ゆうちょ銀行 一七九店	
口座番号	当座預金	122297
名 義	宮崎マスターズ陸上競技連盟	

※申込用紙記入例

払 込 取 扱 票

00	口座記号		口座番号		金額	千	百	十	万	千	百	十	円
0	1	7	9	0	5	1	2	2	2	9	7		
加入者	宮崎マスターズ陸上競技連盟					料金	備考						
通信欄	*第41回九州マスターズ選手権大会(8/18・ひなた県総合)												
加入者	所属県名() ; クラス(M・W) () 登録ナンバー()												
加入者	日本陸連ID() () 年 月 日生() 歳												
加入者	種目1() 種目2() 種目3()												
加入者	上記種目に参加料()円を添えて申込いたします												
加入者	〒* おとこ												
加入者	* フリガナ()												
加入者	* おなまえ												
加入者	(ご連絡先電話番号)												
加入者	ご依頼人欄に、おとこ・おなまえをご記入ください。												
加入者	これより下部には何も記入しないでください。												
加入者	日 附 印												

振替払込請求書兼受領証

口座記号番号	0	1	7	9	0	5		
加入者	宮崎マスターズ陸上競技連盟							
金額	千	百	十	万	千	百	十	円
金額	1	2	2	2	9	7		
ご依頼人	様							
料金	(消費税込み) 日 附 印							
備考	円							

記載事項を訂正した場合は、その箇所に訂正印を押しください。

この受領証は、大切に保管してください。

タイムテーブル(案) ※あくまで目安であって参加人数等によって変更する可能性があります

(トラック競技)	(跳躍競技)	(投てき競技)
9:00 3000m (M60～・W全クラス)	9:00 走幅跳 (～M60)	9:00 砲丸投 (～M60)
5000m (～M55)	10:30 走幅跳 (M65～・W全クラス)	9:00 円盤投 (M65～・W全クラス)
400mH・300mH・200mH	13:00 三段跳 (M・W全クラス)	10:30 砲丸投 (M65～・W全クラス)
10:00 100m (M全クラス～W全クラス)	14:30 立五段跳 (～M60)	10:30 円盤投 (～M60)

800m (M・W全クラス)	15:30 立五段跳 (M65～・W全クラス)	13:00 やり投 (M・W全クラス)
11:30 60m (M・W全クラス)		14:30 ハンマー投 (M・W全クラス)
昼食ブレイク	10:00 棒高跳 (M・W全クラス)	
13:00 80mH・100mH・110mH	12:30 走高跳 (M・W全クラス)	
14:00 400m (M・W全クラス)		
3000mV (M・W全クラス)		
15:00 200m (M・W全クラス)		
1500m (M・W全クラス)		
16:00 4×100mR		

別表1 競技クラス

大会当日(8月18日)を基準とした満年齢により区分する。

男子	女子	満年齢	男子	女子	満年齢
M-24	W-24	18～24歳	M65	W65	65～69歳
M25	W25	25～29歳	M70	W70	70～74歳
M30	W30	30～34歳	M75	W75	75～79歳
M35	W35	35～39歳	M80	W80	80～84歳
M40	W40	40～44歳	M85	W85	85～89歳
M45	W45	45～49歳	M90	W90	90～94歳
M50	W50	50～54歳	M95	W95	95～99歳
M55	W55	55～59歳	M100	W100+	100～104歳
M60	W60	60～64歳	M105+	W105+	105歳以上

別表2 競技種目

※M80・W80以上については、制限時間を設けない。

種目	男子 競技クラス	女子 競技クラス	備考
60m	全クラス	全クラス	
100m	全クラス	全クラス	
200m	全クラス	全クラス	
400m	全クラス	全クラス	
800m	全クラス	全クラス	制限時間7分
1500m	全クラス	全クラス	制限時間10分
3000m	M60以上	W50以上	制限時間20分
5000m	M55以下	W45以下	制限時間30分
80mH	M70以上	W40～W65	
100mH	M50～M65	W35以下	
110mH	M45以下		
300mH	M60～M75	W50～W65	
400mH	M55以下	W45以下	
3000m競歩	全クラス	全クラス	制限時間25分
走高跳	全クラス	全クラス	
棒高跳	全クラス	全クラス	
走幅跳	全クラス	全クラス	
三段跳	全クラス	全クラス	
立五段跳	全クラス	全クラス	
砲丸投	全クラス	全クラス	
円盤投	全クラス	全クラス	
ハンマー投	全クラス	全クラス	
やり投	全クラス	全クラス	
4×100mR クラス別	基本は4名とも同クラス(少なくとも2名は当該クラスであること)		

別表3 ハードル競技種目別使用基準(高さ68.6cmは70.0cmを代用可)

種別	クラス	種目	高さ	台数	第1ハードルまで	間隔	フィニッシュまで	
男子	M-24~M30	110mH	106.7cm	10	13.72m	9.14m	14.02m	
	M35~M45		99.1cm					
	M50・M55	100mH	91.4cm		8	12.00m	8.00m	16.00m
	M60・M65		84.0cm					
	M70・M75	80mH	76.2cm	5	20.00m	35.00m	40.00m	
	M80以上		68.6cm					
	女子	M-24~M45	400mH	91.4cm	10	45.00m	35.00m	40.00m
		M50・M55		84.0cm				
		M60・M65	300mH	76.2cm	7	50.00m	35.00m	40.00m
		M70・M75		68.6cm				
M80以上		200mH	5	20.00m				
女子	W-24~W35	100mH	84.0cm	10	13.00m	8.50m	10.50m	
	W40・W45	80mH	76.2cm	8	12.00m	8.00m	12.00m	
	W50・W55		68.6cm			7.00m	19.00m	
	W60~W75	400mH	76.2cm	10	45.00m	35.00m	40.00m	
	W-24~W45		76.2cm					
	W50・W55	300mH	68.6cm	7	50.00m	35.00m	40.00m	
	W60・65		68.6cm					
	W70・75	200mH	5	20.00m				

別表4 走高跳のバーの上げ方基準

【男子】

クラス	練習の高さ	開始の高さ	上げ幅
M-24~M35	1.35m	1.40m	5cm
M40・M45	1.25m	1.30m	
M50	1.20m	1.25m	
M55	1.10m	1.15m	
M60・M65	1.00m	1.05m	
M70	0.95m	1.00m	
M75以上	0.85m	0.90m	

【女子】

クラス	練習の高さ	開始の高さ	上げ幅
W-24~W30	1.20m	1.25m	3cm
W35	1.10m	1.15m	
W40	0.95m	1.00m	
W45・W50	0.85m	0.90m	
W55・W60	0.80m	0.85m	
W65以上	0.75m	0.80m	

別表5 棒高跳のバーの上げ方基準

【男子】

クラス	練習の高さ	開始の高さ	上げ幅
M-24~M35	2.60m	2.70m	10cm
M40	2.40m	2.50m	
M45	2.30m	2.40m	
M50	2.10m	2.20m	
M55	1.90m	2.00m	
M60	1.70m	1.80m	
M65	1.60m	1.70m	
M70	1.50m	1.60m	
M75以上	1.40m	1.50m	5cm

【女子】

クラス	練習の高さ	開始の高さ	上げ幅
W-24~W35	1.60m	1.70m	10cm
W40	1.50m	1.60m	
W45	1.40m	1.50m	
W50・W55	1.30m	1.40m	
W60以上	1.20m	1.30m	

別表6 投てき競技種目別重量基準

性別	クラス	砲丸・ハンマー	円盤	やり
男	M-24~M45	7.26kg	2.0kg	800g
	M50・M55	6.0kg	1.5kg	700g

子	M60・M65	5.0kg	1.0kg	600g
	M70・M75	4.0kg		500g
	M80以上	3.0kg		400g
女 子	W-24~W45	4.0kg	1.0kg	600g
	W50・W55	3.0kg		500g
	W60~W70		2.0kg	0.75kg
	W75以上	400g		