

# 第36回東北マスターズ陸上競技選手権(日本陸連公認) 大会要項

- 1 趣 旨 本大会は日頃から陸上競技に親しんでいる方々が相集い、健康の保持増進と親睦を深め、生涯スポーツに寄与することを目的に開催する。
- 2 主 催 東北マスターズ陸上競技連盟, 秋田マスターズ陸上競技連盟, (一財)秋田陸上競技協会
- 3 後 援 (公社)日本マスターズ陸上競技連合, 秋田県, 大館市, 大館市教育委員会, 大館市体育協会
- 4 主 管 秋田マスターズ陸上競技連盟, (一財)秋田陸上競技協会
- 5 期 日 2019年7月28日(日) 雨天決行  
 ・開会式:午前8時15分 ・競技開始:午前9時00分  
 ・競技終了:午後4時15分頃 (閉会式は行わない)
- 6 会 場 大館市営長根山運動公園陸上競技場  
 〒017-0803 秋田県大館市宇東台地内 ☎ 0186-49-6298
- 7 競技クラス 2019年7月28日(日)を基準とした満年齢による区分 (当日の誕生日は年齢線より)  
 競技者は必ず年齢区分に該当する競技クラスに参加申し込みをすること。

大会当日の満年齢	競技クラス		大会当日の満年齢	競技クラス		大会当日の満年齢	競技クラス	
	男子	女子		男子	女子		男子	女子
18~24歳	M24__	W24__	50~54歳	M50	W50	80~84歳	M80	W80
25~29歳	M25	W25	55~59歳	M55	W55	85~89歳	M85	W85
30~34歳	M30	W30	60~64歳	M60	W60	90~94歳	M90	W90
35~39歳	M35	W35	65~69歳	M65	W65	95~99歳	M95	W95
40~44歳	M40	W40	70~74歳	M70	W70	100歳以上	M100	W100
45~49歳	M45	W45	75~79歳	M75	W75			

## 8 競技種目

種 目	男子競技クラス	女子競技クラス	備 考	
トラック種目	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	
	1500m	全クラス	全クラス	
	3000m	M60 ~ M90	W50 ~ W80	制限時間:20分
	5000m	M24__ ~ M55	W24__ ~ W45	制限時間:24分
	80mハードル	M70 ~ M85	W40 ~ W75	
	100mハードル	M50 ~ M65	W24__ ~ W35	
	110mハードル	M24__ ~ M45	実施しない	
	200mハードル	M80 ~ M85	W70 ~ W75	
	300mハードル	M60 ~ M75	W50 ~ W65	
	400mハードル	M24__ ~ M55	W24__ ~ W45	
	2000mSC	M60 ~ M75	W24__ ~ W75	制限時間:13分
	3000mSC	M24__ ~ M55	実施しない	制限時間:14分
3000mW	M24__ ~ M90	W24__ ~ W80	制限時間:27分	
跳躍競技	走高跳	全クラス	全クラス	
	棒高跳	M24__ ~ M90	W24__ ~ W80	
	走幅跳	全クラス	全クラス	試技数3回
	三段跳	全クラス	全クラス	試技数3回
投擲競技	砲丸投	全クラス	全クラス	試技数3回
	円盤投	全クラス	全クラス	試技数3回
	ハンマー投	全クラス	全クラス	試技数3回
	やり投	全クラス	全クラス	試技数3回

※制限時間を過ぎたら、新しい周回に入らない。

- 9 参加資格 (1) 競技を行う上で健康上の問題が無く、大会参加中の疾病や傷害事故については応急処置を受けても主催者側には一切の責任を合わせないことを本人及び家族も同意していること。  
(2) 2019年度(公社)日本マスターズ陸上競技連合登録者であり、且つ(公財)日本陸上競技連盟の登録者であること。  
(3) 東北地区以外に所属している方も参加できる。但し、オープン参加とし順位は付けない。
- 10 参加制限 一人がエントリーできる種目は3種目以内とする。
- 11 参加料 2種目以内は5,000円、3種目は6,000円とする。(申し込み後の参加料は返金できない)
- 12 申込方法及び締切 『郵便払込取扱票』に下記の必要事項を記入の上、参加料・その他の料金を添えて個人申し込みにて2019年5月31日(金)までに大会事務局へ申し込むこと。(消印有効)  
※日本陸上競技連盟の『ID番号』を必ず記載して下さい。ID番号が無いと参加が認められません。  
ID番号が不明な方は所属のマスターズ事務局へ問い合わせして下さい。
- 13 申し込み必要事項 ①名前(ふりがな) ②〒住所・TEL ③所属県名 ④生年月日 ⑤参加種目(3種目以内) ⑥ID番号 ⑦弁当注文個数(@1,000円) ⑧記録集注文部数(@1,000円) ⑨5回連続出場などの付記
- 14 大会事務局
- |   |
|---|
| 〒016-0897 秋田県能代市昭南町6-7 袴田勝治             |
| 参加料等の支払口座                               |
| 郵便口座番号 02560-6-52364 加入者名 秋田マスターズ陸上競技連盟 |
- 15 表彰 (1) 各クラス、種目毎に1位～3位の賞状を授与する。(賞状受取場から各自持ち帰り)  
(2) 同クラスの5回連続出場者を表彰する。該当者は申込書に各自記入すること。  
(3) 東北地区以外の参加者には記録証を授与する。(当日配付・無料)
- 16 競技規則 (1) 2019年度(公財)日本陸上競技連盟競技規則、(公社)日本マスターズ陸上競技連合競技規則及び本大会実施要領、競技注意事項による。  
(2) ナンバーカードは主催者側が準備し、大会受付時に配付する。  
(3) トラック競技はタイムレースとする。別組で同記録の場合は生年月日の早い方を上位とする。  
(4) 競技は参加人数により他のクラスと同時に実施することがある。  
(5) 競技者点呼(コール)はトラック競技【開始20分前】、フィールド競技【開始40分前】とする。  
(6) スパイクピンは並行ピンで11本以内、長さは9mm以下とする。但し、走高跳及びやり投げは12mm以下とする。  
(7) 走幅跳、三段跳及び投擲4種目全ての試技数を3回とする。  
(8) 三段跳の踏切板を設置出来ない場合はビニルテープなどで代用する。  
(9) 投擲競技の用具は主催者側が準備した用具を使用する。  
(10) ハードル競技及び障害物競技の設定基準、投擲競技の重量基準は「日本マスターズ陸上競技連合競技運営細則」による。(別表Ⅰ, 別表Ⅱ 参照)  
(11) 走高跳及び棒高跳のバーの上げ方は「日本マスターズ陸上競技連合競技運営細則」に準じ、走高跳はすべて5cm刻み、棒高跳はすべて10cmとする。但し、大会当日のグランドコンディションなどにより当該審判員の判断で変更する場合がある。
- 17 受付票 大会開催日のおよそ2週間前までに競技日程等を記載した受付票(はがき)を郵送する。
- 18 注意事項 (1) 参加者には主催者側で一日傷害保険に加入するが、その範囲を超える分は自己責任とする。  
(2) 競技中に発生した傷害・急病は主催者側で応急処置を行うが、その他の責任は負わない。
- 19 その他 (1) 当日の昼食弁当を1個900円、大会記録集を1部1,000円(送料含む)で受付します。  
希望者は『郵便払込取扱票』の通信欄に注文個数・注文部数と合計金額を記載する。  
(2) 東北地区の参加者で記録証を希望される方は、当日受付し、後日郵送致します。(@300円)  
(3) 参加料・弁当代・記録集代・記録証代は如何なる場合でも返金できない。  
(4) 用具の送付先 〒017-0803 秋田県大館市字東台地内

大館市営長根山運動公園陸上競技場 ☎ 0186-49-6298

※時間指定 : 前日(7月27日・土曜)の13時から17時の間

【別表Ⅰ】ハードル・障害物

【男子】

種別	クラス	種目	高さ	台数	第1Hまで	間隔	フィニッシュまで
ショート	M24__~M45	110mH	99.1cm	10	13.72m	9.14m	14.02m
	M50~M55	100mH	91.4cm	10	13.00m	8.50m	10.50m
	M60~M65	100mH	84.0cm	10	12.00m	8.00m	16.00m
	M70~M75	80mH	76.2cm	8	12.00m	7.00m	19.00m
	M80~M85	80mH	70.0cm	8	12.00m	7.00m	19.00m
ロング	M24__~M45	400mH	91.4cm	10	45.00m	35.00m	40.00m
	M50~M55	400mH	84.0cm	10	45.00m	35.00m	40.00m
	M60~M65	300mH	76.2cm	7	50.00m	35.00m	40.00m
	M70~M75	300mH	70.0cm	7	50.00m	35.00m	40.00m
	M80~M85	200mH	70.0cm	5	20.00m	35.00m	40.00m
障害物	M24__~M55	3000mSC	91.4cm	28+7	-		
	M60~M80	2000mSC	76.2cm	18+5			

【女子】

種別	クラス	種目	高さ	台数	第1Hまで	間隔	フィニッシュまで
ショート	W24__~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	80mH	76.2cm	8	12.00m	7.00m	19.00m
	W60~W75	80mH	70.0cm	8	12.00m	7.00m	19.00m
ロング	W24__~W45	400mH	76.2cm	10	45.00m	35.00m	40.00m
	W50~W55	300mH	76.2cm	7	50.00m	35.00m	40.00m
	W60~W65	300mH	70.0cm	7	50.00m	35.00m	40.00m
	W70~W75	200mH	70.0cm	5	20.00m	35.00m	40.00m
障害物	W24__~W75	2000mSC	76.2cm	18+5	-		

【別表Ⅱ】投擲

【男子】

クラス	砲丸投	円盤投	ハンマー投	やり投
M24__~M45	7.26kg	2.0kg	7.26kg	800g
M50~M55	6.00kg	1.5kg	6.00kg	700g
M60~M65	5.00kg	1.0kg	5.00kg	600g
M70~M75	4.00kg	1.0kg	4.00kg	500g
M80~	3.00kg	1.0kg	3.00kg	400g

【女子】

クラス	砲丸投	円盤投	ハンマー投	やり投
W24__~W45	4.00kg	1.0kg	4.00kg	600g
W50~W70	3.00kg	1.0kg	3.00kg	500g
W75~	2.00kg	0.75kg	2.00kg	400g

20 競技順序(予定)

【トラック】

No	競技種目	開始時間
1	400mH	9:00
2	300mH	
3	200mH	
4	60m	
5	1500m	
6	100m	
7	3000mSC	
8	2000mSC	12:00
9	110mH	
10	100mH	
11	80mH	
12	3000mW	
13	800m	
14	200m	
15	3000m	
16	5000m	
17	400m	16:00

【フィールド】

No	競技種目	開始時間
1	走幅跳	9:00
2	棒高跳	
3	走高跳	12:00
4	三段跳	

No	競技種目	開始時間
1	砲丸投	9:00
2	円盤投	
3	やり投	12:00
4	ハンマー投	

※ 競技開始時間の詳細はプログラム編成後に『秋田マスターズ陸上競技連盟』のホームページに載せるので、閲覧願います。

『秋田マスターズ陸上競技連盟』

<https://akita-ma.jimdo.com/>

21 宿泊案内 下記を案内しますので、個人申し込みで早めにお願致します。

宿泊施設名	部屋タイプ	宿泊料金	駐車	競技場まで	電話・FAX
ふるさわおんせん	和室シングル (バス・トイレ無・大浴場有)	6,650円(朝食付)	可	車で8分	電話:0186-48-4295 FAX:0186-48-4419
		9,500円(朝夕食付)			
おおだてぼかぼか温泉ホテル	和室シングル (トイレ有・大浴場有)	4,900円(朝食付)	可	車で10分	電話:0186-49-0003 FAX:0186-49-4001
		4,500円(素泊り)			
清風荘	和室・相部屋 (トイレ有・大浴場有)	5,000円(朝食付)	可	車で5分	電話:0186-50-2030 FAX:0186-50-2024
		6,500円(朝夕食付)			
雪沢温泉 大雪	和室シングル (バス・トイレ無・大浴場有)	5,500円(朝食付)	可	車で10分	電話:0186-50-2323 FAX:0186-50-2347
		7,000円(朝夕食付)			
ホテル秀山荘	洋室シングル (バス・トイレ有)	6,300円(朝夕食付)	可	車で10分	電話:0186-49-4011 FAX:0186-43-4945
ロイヤルホテル大館	洋室シングル (バス・トイレ有・大浴場有)	6,600円(朝食付)	可	車で10分	電話:0186-49-4511 FAX:0186-49-4510
		8,000円(朝夕食付)			
ルートイン大館駅南	洋室シングル (バス・トイレ有・大浴場有)	7,100円(朝食付)	可	車で10分	電話:0186-44-6055 FAX:0186-44-6056
ホテルクラウンパレス秋北	洋室シングル (バス・トイレ有)	8,000円(朝食付)	可	車で5分	電話:0186-43-1313 FAX:0186-43-2126
大館グリーンホテル	洋室シングル (バス・トイレ有)	4,500円(朝食付)	可	車で8分	電話:0186-42-2003 FAX:0186-42-2003
		5,480円(朝夕食付)			
アネックスロイヤルホテル	洋室シングル (バス・トイレ有・大浴場有)	6,600円(朝食付)	可	車で10分	電話:0186-43-1111 FAX:0186-45-0288
		8,100円(朝夕食付)			

【東北地区の事務局】

住 所	氏 名	電 話
青森県 〒038-1311 青森市浪岡大字浪岡字浅井118-2	我満 正広	0172-62-7091
岩手県 〒024-0024 北上市中野町2-6-3	八重樫 輝男	0197-65-0532
宮城県 〒984-0838 仙台市若林区上飯田3-32-3	内藤 勝重	080-6018-6971
山形県 〒990-2321 山形市桜田西2-8-31	岡田 剛	023-641-3685
福島県 〒972-8316 いわき市常盤西郷町金山214	箱崎 公平	080-1804-9726
秋田県 〒010-0442 南秋田郡大潟村字東2-4-16	水戸部 拓	090-8783-2234