

第36回青森マスタース陸上競技選手権大会開催要項

(令和4年度 第15回あなたにフィット!スポレク推進事業)

1. 主催 青森マスタース陸上競技連盟・一般財団法人青森陸上競技協会
2. 日時 2022年9月19日(月) 開会式: 9時00分, 競技開始: 9時50分
3. 場所 弘前市運動公園陸上競技場
4. 年齢区分 2022年9月19日現在の満年齢で、次の年齢区分とする。
〔男子〕 M-24(18~24歳) M25(25~29歳) M30(30~34歳) M35(35~39歳) M40(40~44歳)
M45(45~49歳) M50(50~54歳) M55(55~59歳) M60(60~64歳) M65(65~69歳)
M70(70~74歳) M75(75~79歳) M80(80~84歳) M85(85~89歳) M90(90~94歳)
M95(95~99歳) M100(100~104歳) M105(105~109歳)
〔女子〕 W-24(18~24歳) W25(25~29歳) W30(30~34歳) W35(35~39歳) W40(40~44歳)
W45(45~49歳) W50(50~54歳) W55(55~59歳) W60(60~64歳) W65(65~69歳)
W70(70~74歳) W75(75~79歳) W80(80~84歳) W85(85~89歳) W90(90~94歳)
W95(95~99歳) W100(100~104歳) W105(105~109歳)
5. 種目
〔男女共通〕 60m、100m、200m、400m、800m、1500m、3000m
4×100mR(クラス別)、4×400mR(クラス別)
走高跳、棒高跳、走幅跳、三段跳、立五段跳、砲丸投、円盤投、やり投
〔男子〕 3000m(M60以上)、5000m(M55以下)、80mH(M70以上)
100mH(M50~M65)、110mH(M45以下)
〔女子〕 3000m(W50以上)、5000m(W45以下)、80mH(W40以上)
100mH(W35以下)
6. 参加資格 (1) 2022年9月19日現在、満18歳以上の男女。
(2) 2022年度日本マスタース陸上競技連合と日本陸上競技連盟に登録しているもの。
(3) 未登録者は、参加申込みと同時に会費(登録料含む)を納入すれば参加できる。会費は、日本マスタース陸上競技連合(1,500円)及び一般財団法人青森陸上競技協会登録料(2,000円)を含め6,000円である。但し、今年度県陸協に選手又は審判員として登録している場合は年会費5,000円とする。
(4) 本県以外の参加は、オープン参加とする。但し、記録は公認される。
7. 参加制限 リレーを除き1人3種目以内に参加できる。ただしリレーのみの出場は認めない。
8. 参加料 1種目は2,000円・2種目は3,000円・3種目は4,000円(保険料を含む)
(リレーの参加料は不要)
9. 競技規則 (1) 2022年度日本マスタース陸上競技連合規則及び公益財団法人日本陸上連盟規則と本大会競技注意事項による。
(2) 投てき競技の用具は、主催者が準備したものを使用する。
(3) 投てき競技の用具とハードルの基準は、別表による。
(4) トラック競技は、タイムレースとする。

【投てき競技基準】各投てき競技におけるクラス別用具の最小重量基準は下記の通りとする。

	競技クラス	砲丸	円盤	やり
男子	M-24～M45	7.26kg	2.0kg	800g
	M50・M55	6.00kg	1.5kg	700g
	M60・M65	5.00kg	1.0kg	600g
	M70・M75	4.00kg	1.0kg	500g
	M80以上	3.00kg	1.0kg	400g
女子	W-24～W45	4.00kg	1.0kg	600g
	W50～W70	3.00kg	1.0kg	500g
	W75以上	2.00kg	0.75kg	400g

【ハードル競技基準】競技におけるクラス別種目の基準は下記の通りとする

	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	110H	1.067m	10	13.72m	9.14m	14.02m
	M35～M45	110H	0.991m	10	13.72m	9.14m	14.02m
	M50～M55	100H	0.914m	10	13.00m	8.50m	10.50m
	M60～M65	100H	0.840m	10	12.00m	8.00m	16.00m
	M70～M75	80H	0.762m	8	12.00m	7.00m	19.00m
	M80～M85	80H	0.686m	8	12.00m	7.00m	19.00m
女子	W-24～W35	100H	0.840m	10	13.00m	8.50m	10.50m
	W40～W45	80H	0.762m	8	12.00m	8.00m	12.00m
	W50～W55	80H	0.762m	8	12.00m	7.00m	19.00m
	W60～W75	80H	0.686m	8	12.00m	7.00m	19.00m

※高さ0.686mのハードルについては0.700mのハードルを代用してもよい。

【三段跳及び立五段跳について】

踏切板から砂場までの距離、13m、11m、9m、7m、5mとする。また、選手の要望により踏切板から砂場までの距離を変えることもできる。踏切版の設備がない場合は、白線を引いて踏切板とする。

なお、選手は自分の使用する踏切板を競技開始前に担当審判員に告すること。

10. 申込締切 2022年8月19日(金) 必着で申し込むこと。
11. 申込方法 申込書(郵便局払込取扱票)に、登録番号/陸連ID/氏名(漢字とフリガナ)/性別/西暦生年月日大会当日年齢/種目(最大3種目)/郵便番号/住所/電話番号、を記載して参加料(未登録者は、年登録料含め)降り込んで申し込み完了となります。

※ 郵便振替の通常払込先 ・口座記号番号：02260-3-125867 ・加入者名：青森マスタース陸上競技連盟

※ 問い合わせ先 038-3143 青森県つがる市木造日向35-10

青森マスタース陸上競技選手権大会事務局 栗林輝生 電話 090-3369-3475

12. 表彰 各クラス各種目1位から3位まで賞状を授与する。
13. その他 (1) 競技中に発生した傷害及び物損事故等については、主催者側は一切責任を負わない。
このことを承認のうえ参加すること。(主催者側で障害保険には加入しています。)
- (2) ナンバーカード及びプログラムは、当日会場受付にて配布する。
- (3) ハードル競技は、タイムテーブルの早い時間帯に行います。