**第１５回青森県民スポレク祭マスターズ陸上競技開催要項**

**１．主　　催　青森県　青森県教育委員会　（公財）青森県スポーツ協会**

 **青森県レクリエーション協会　青森県スポーツ推進委員協議会**

**２．主管　（特非）青森県スポーツ・レクリエーション連盟**

**青森マスターズ陸上競技連盟　（一財）青森陸上競技協会**

**３．日時　２０２２年６月２６日（日）開会式：９時００分　競技開始：９時５０分**

**４．会　　場　弘前市運動公園陸上競技場**

**５．参加資格　２０２２年４月１日現在で、男女ともに１８歳以上（高体連・学連登録者を除く）の**

**健康な県民であれば誰でも参加できる。**

**６．年齢区分　２０２２年４月１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)**

**７．種　目**

**〔男女共通〕６０ｍ、１００ｍ、２００ｍ、４００ｍ、８００ｍ、１５００ｍ**

**４×１００ｍR（クラス別）、４×４００ｍR（クラス別）**

**走高跳、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）**

**〔女子〕３０００ｍ（Ｗ50以上）、５０００ｍ（Ｗ45以下）**

**※　三段跳及び立五段跳については、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版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申告すること。**

**８．競技規則　（１）２０２２年度（公財）日本陸上競技連盟規則及び（公社）日本マスターズ陸上競技連合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）投てき競技の用具基準は、別表による。**

**（４）トラック競技は全種目タイムレースとし、フィールド競技における試技は各３回**

**とする。（ただし、走高跳はのぞく）**

**（５）参加者は、リレーを除き1人 ３種目 まで出場できる。ただし、リレーのみの出**

**場は認めない。**

**９．表彰　各クラス、種目毎の１位から３位までに賞状を授与する。**

**１０．申込締切　　２０２２年５月２６日（木）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、氏名(漢字とフリガナ）/性別/4月1日現在年齢/**

**西暦生年月日/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 ： 青森マスターズ陸上競技連盟**

**※ 問い合わせ先　０３８－３１４３　青森県つがる市木造日向３５-１０**

 **青森マスターズ陸上競技連盟事務局　栗林輝生　電話 090-3369-3475**

**１２．参加料　１人２，０００円**

**１３．保険について　　青森マスターズ陸上競技連盟において傷害保険に加入します。**

**１４．その他　（１）大会中に発生した傷害及び物損事故等に関しては、保険の補償範囲を超えた責任は**

**一切負わないことを承認のうえ参加すること。**

**（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）雨天決行（台風暴風雨等の時は中止）ただし、不安なときは下記へ連絡すること**

**・事務局（栗林　輝生）携帯　090-3369-3475**

**【別　表】※ 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** |