

室蘭地方陸上競技記録会 第5戦（9/6） 競技注意事項

- 1 本記録会は2025年度、日本陸上競技連盟規則及び本大会規則により運営する。ハードル、砲丸投はそれぞれのクラスの規格で行う。
- 2 競技者の招集は現地召集とする。トラック種目については競技開始10分前、フィールド種目については競技開始20分前までに試技場所に集合すること。尚、リレーは各走者のスタート地点に集合すること。
- 3 リレーのオーダーは、競技開始1時間前までに本部へ提出すること。（時間厳守）
- 4 トラック競技は写真判定のため、腰ナンバーカードを短パンの右腰やや後方につけること。
- 5 結果については、室蘭地方陸上競技協会HPに掲載予定です。
- 6 本大会のトラックレーススタート合図は、イングリッシュコマンドにて行います。
各レースにおいて不正スタートについては1回で失格とします。
- 7 スタート時のふらつき、ピクつきは悪質でない場合は注意（グリーンカード）とする。
- 8 小男女800mについては、オープンスタートとする。

競 技 順 序

トラック

フィールド

性別	種 目	組	開始時刻	性別	種 目	開始時刻
小男	80mH	1	9:00	女	走幅跳 ㉑	9:00
小女	80mH	1	9:05	男女	砲丸投 ⑩／⑦	9:00
小男	800m	1	9:15	男	走高跳⑩	9:00
男	800m	2	9:20			
小女	800m	1	9:30			
女	800m	2	9:35			
男	400mH	1	9:55			
男	100m	1～5	10:05			
男	100m	6～10	10:25			
男	100m	11～15	10:45			
男	100m	16～17	11:05	小男女	ジャベリック・ール⑬⑥	11:00
女	100m	1～5	11:15	男	走幅跳②⑨	11:30
女	100m	6～10	11:35			
小男	1500m	1	11:55			
男	1500m	1	12:05			
女	1500m	1	12:15			
男	400m	3	12:25	女	走高跳⑧	12:30
女	400m	1	12:40	男女	やり／Jフー ④③／④④	12:30
中女	100mH	2	12:55			
女	100mH	1	13:05			
中1男	100mH	1	13:10			
中男	110mH	1	13:20			
男	110mH	2	13:30	男女	三段跳⑥／①	13:30
男	200m	6	13:45			
女	200m	3	14:10			
男	5000m	1	14:30			
女	4×100mR	2	15:00			
男	4×100mR	2	15:10			