

第41回大分マスタース陸上競技選手権大会 実施要項

- 主催 : 大分マスタース陸上競技連盟
- 主管 : 大分市陸上競技協会
- 後援 : 九州マスタース陸上競技連盟・一般財団法人大分陸上競技協会・大分合同新聞社
フドーキン醤油(株)
- 期日 : **2026年10月4日(日) 雨天決行**
- 会場 : **ジェイリーススタジアム(大分市営陸上競技場)**
〒870-0931 大分市西浜1-1 TEL.097-558-0613
- 競技クラス : 2026年10月4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】
- 競技種目 : 男子20種目, 女子19種目 【別表2参照】
- 参加資格 : 2026年度(公社)日本マスタース陸上競技連合及び(公財)日本陸上競技連盟登録者(ID取得者)で
2026年10月4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。(学生を除く)
- 参加制限 : **一人が参加できる種目数は、3種目以内とする。**
- 参加料 : (1)1種目 4,000円, 2種目 5,000円, 3種目 6,000円とする。
(2)参加取り消し, 不参加及び天変地変等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
場合においても、納付された参加料は一切返金しない。
- 申込方法 : **所定の用紙に必要事項を記入し、必ず参加料を添えて申込みをすること。**
申し込み後の種目変更及び追加等は一切認めない。
申込先 : 〒870-1119 大分市高江北1-15-3
大分マスタース陸上競技連盟 事務局 諸田義信 宛
TEL.090-7986-9258
申込締切 : **2026年9月4日(金) 必着**
アスリートビブス(旧 ナンバーカード)は大会当日、受付で配布する。
- 表彰 : 各種目(県内各クラス)の1位には賞状とメダルを、2~3位には賞状を授与する。
県外参加者は、別に表彰する。(1~3位には賞状を授与する。)
※ 大会当日受領のないものは、受領放棄と見做し後日の送付等は一切行わない。
- 競技規則 : 2026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実施する。
- 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、WA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】

競 技	靴底の最大の厚さ (本規定10.6による)	その他の要件 / 注意
トラック種目 ハードル種目 障害物競走	20mmスパイクシューズ または ハン・スパイクシューズ	リレーにおいては、各走者が走る距離に応じて適用する。競技場内で行 う競歩競技の靴底の厚さは、道路競技と同じとする。

フィールド種目	20mmスパイクシューズ または ノン・スパイクシューズ	全跳躍種目で、本規定10.3および10.4に記載のとおり、靴の前の部分の厚さは、踵の中心点の靴底の厚さを超えてはならない(前足の中心は、靴の内部の長さの75%にある靴の中心点。踵の中心点は、靴の内部の長さの12%にある中心点)
道路種目 (競走・競歩)	40mm	

(6) 走幅跳の踏切板の位置は**2m**とする。

(7) **立五段跳**・三段跳の踏切板の位置は、**5m, 7m, 9m, 11m**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。

(8) 高さを競う跳躍種目を除くフィールド種目の試技数は、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。

(9) 用器具の持参は認めない。

(10) ハードル競技の種目別基準、走高跳のバーの上げ方基準、投擲競技用具の重量基準は、別表3～6のとおりとする。

(11) 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。

(12) 不正スタートは1回目から失格とする。

(13) 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。

15. **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を対象に「一日傷害保険」に加入するが、万一に備え健康保険証を持参するのが望ましい(役員・補助員も加入する)。

16. **個人情報** : 「参加個人申込書」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頂くときは、その都度連絡する。

17. **大会に関する問い合わせ先:**

本大会事務局 大分マスタース陸上競技連盟

〒870-1119 大分市高江北1-15-3

大分マスタース陸上競技連盟 事務局 諸田義信

TEL.090-7986-9258

別表1 競技クラス

大会当日(10月16日)を基準とした満年齢により、5歳刻みの年齢クラスに区別する。

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	男子クラス	女子クラス	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～W75	
100mH	M50～M65	W35以下	
110mH	M45以下	なし	
3000mW	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	
走幅跳	全クラス	全クラス	
立五段跳	全クラス	全クラス	
三段跳	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	

別表3 ハードルの使用基準(高さ70.0cmは小学生用を使用)

性別	種別	クラス	種目	高さ(cm)	台数	第1ハードルまで(m)	間隔(m)	フィニッシュまで(m)
男子	ショート	M-24～M30	110mH	106.7	10	13.72	9.14	14.02
		M35・M45		99.1				
		M50・M55	100mH	91.4				
		M60・M65		84.0	12.00	8.00	16.00	
		M70・M75	80mH	76.2		8	7.00	19.00
		M80～		70.0				
女子	ショート	W-24～W35	100mH	84.0	10	13.00	8.50	10.50
		W40・W45	80mH	76.2	8	12.00	8.00	12.00
		W50・W55					7.00	19.00
		W60～		70.0				

別表4 走高跳のバーの上げ方基準

性別	クラス	練習の高さ(m)	開始の高さ(m)	上げ幅(cm)
男子	M-24～M35	1.35	1.40	5刻み
	M40・M45	1.25	1.30	
	M50	1.20	1.25	
	M55	1.10	1.15	
	M60・M65	1.00	1.05	
	M70	0.95	1.00	
	M75～	0.85	0.90	
女子	W-24～W30	1.20	1.25	3刻み
	W35	1.08	1.15	
	W40	0.93	1.00	
	W45・W50	0.84	0.90	
	W55・W60	0.78	0.85	
	W65～	0.69	0.80	

別表6 投擲競技用具の最小重量基準

性別	クラス	砲丸 ハンマー (Kg)	円盤 (Kg)	やり (g)
男子	M-24～M45	7.260	2.0	800
	M50・M55	6.0	1.5	700
	M60・M65	5.0	1.0	600
	M70・M75	4.0		500
	M80～	3.0		400
女子	W-24～W45	4.0	1.0	600
	W50・W55	3.0		500
	W60～W70		2.0	0.75

競技注意事項

1. 競技規則について

本大会は、2026年度(公財)日本陸上競技連盟競技規則, MWA規則, (公社)日本マスターズ陸上競技連合競技規則及び競技細則並びに本大会要項・申し合わせ事項により実施する。

2. 競技者の招集について

競技に出場しようとする者(以下「競技者」という)は、競技者招集所において競技者係に出場の手続きをし、点呼を受けなければならない。その方法は次による。

- (1) 招集所は、競技場第4ゲート(100mスタート付近)に設ける。
- (2) 招集時刻は、競技順序に示された競技開始時刻前、下記の時間で実施する。

競技種目		招集開始時刻	招集完了時刻
トラック競技	各クラス・各種目	30分前	20分前
フィールド競技	各クラス・各種目	50分前	40分前

- (3) トラック競技出場者は、招集開始時刻から招集完了時刻の間、招集所に待機しアスリートビブス(旧ナンバーカード)と名前、組等の確認を受け、腰ナンバーを受け取り、右腰やや後方につけること。
- (4) 競技者は、点呼を済ませた後、競技者係の指示に従うこと。
- (5) 招集完了時刻に遅れた競技者は、棄権とみなす。ただし、他種目に参加していて招集時刻に間に合わない場合は事前に競技者係にその旨を申し出ること。(代理人可)
- (6) 棄権する場合は、予めその旨を競技者係に知らせること。

3. アスリートビブス(旧ナンバーカード)について

- (1) アスリートビブスは、マスターズ陸上選手については、選手受付時に一人につき2枚を交付する。
- (2) 競技者は、交付されたアスリートビブスをユニホームの胸背部に確実に付けること。ただし、跳躍競技に出場する競技者は、いずれか一方に付けば良い。
- (3) トラック競技に出場する競技者には招集所で写真判定用の腰ナンバーを配付するので、ランニングパンツの右横やや後方に付着すること。なお、腰ナンバーは各自で取り外し、各自責任をもって返却すること。
- (4) アスリートビブスは返却不要。

4. レーン順・試技順について

トラック競技のレーン順及びフィールド競技の試技順は、プログラムの数字で示す。

5. トラック競技について

- (1) トラック競技は、すべて写真判定装置を使用する。
- (2) 同クラスが複数組の場合、すべてタイムレース決勝とする。
- (3) 同組又は組が異なる場合で着差がない場合は、生年月日の早い者を上位とする。
- (4) 短距離種目はクラウチングスタートを原則とするが、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。
- (5) スタートの合図は、英語(「on your marks」, 「set」)で行い、不正スタートは1回目から失格とする。
※スタートの「set」の合図の後、一度は静止したがスターティングブロックから足が離れようとしていない、或は手が離れようとしていない動作(ピクッとした動作)があった場合は不正とせず注意とする。
- (6) 短距離走では、競技者の安全のため、フィニッシュライン通過後も割り当てられたレーン(曲走路)に沿って走ること。
- (7) 800m以上の種目に於いてはオープンレースで行い、競技規則に定める人数以上で行うことがある。また、1500m以上の種目に於いては男女同一組で行うことがある。
- (8) 男女の800m, 1500m, 3000m, 5000m, 3000mWに於いては制限時間を設け、それを超えて新たな周回に入らないものとする。但し、M80・W80以上は制限時間を設けない。

*** 制限時間: 800m=7分 1500m=10分 3000m=20分 5000m=30分 3000mW=25分**

- (9) ハードル種目の種目別基準は別表1とおりとす。

6. 跳躍・投擲競技について

- (1) 試技順は全競技についてプログラム記載の番号順とする。競技中に他の競技に出場する者は、審判主任に申し出ること。その場合、「他の競技」を優先し試技順を便宜変更するが、その試技中に失った試技を要求することはできない。

(2) 試技数

- ・距離を競う種目の試技数は、上位8名を決めるまでは3回とし、上位8名には更に2回の試技を追加する。
- ・試技は申し出により放棄することが出来る。

(3) 順位の決め方

跳躍・投てきにおいて同記録の場合は、2番目、3番目の記録で順位を決める。それでも決められない場合は生年月日の早い者を上位とする。

(4) 走幅跳の踏切板の位置は、**2m**とする。

(5) 立五段・三段跳の踏切板の位置は、**5m, 7m, 9m, 11m**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こと。

(6) 走高跳のバーの上げ方の基準は、別表2のとおりとする。

(7) 投擲競技用具の最小重量基準は、別紙3のとおりとする。

7. 競技について

(1) 競技者は、審判員の判定に従わなければならない。

(2) 判定に従わず競技に出場又は続行した場合の記録・順位は一切認めない。

(3) 競技者の出場する競技種目の変更、追加は一切認めない。

(4) 年齢等に不正があった場合は失格とする。

(5) 本大会期間中すべての競技者は、セーフティジャッジから「競技の出場又は競技の続行が危険」と判定された場合は、その時点で競技の出場又は続行をすることができない。

(6) 競技用具、競技用靴について

① 競技に使用する用器具は、棒高跳用ポールを除き主催者が用意したものを使用する。

② フィールド競技に使用するマーカーは、助走路の外側に主催者が用意したものを2個まで置くことが出来る。

③ 競技場は全天候舗装であるので、競技用靴のスパイクは11本以内で長さ9mm以内の平行ピンとする。但し、走高跳・やり投は12mm以下とする。

(7) 競技時間については、競技の進行上多少の変動がありうる。

8. 競技用シューズについて

(1) 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。

(2) 本大会は、WA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】

競 技	靴底の最大の厚さ (本規定10.6による)	その他の要件 / 注意
トラック種目 ハードル種目 障害物競走	20mmスパイクシューズ または ノン・スパイクシューズ	リレーにおいては、各走者が走る距離に応じて適用する。競技場内で行う競歩競技の靴底の厚さは、道路競技と同じとする。
フィールド種目	20mmスパイクシューズ または ノン・スパイクシューズ	全跳躍種目で、本規定10.3および10.4に記載のとおり、靴の前の部分の厚さは、踵の中心点の靴底の厚さを超えてはならない(前足の中心は、靴の内部の長さの75%にある靴の中心点。踵の中心点は、靴の内部の長さの12%にある中心点)
道路種目 (競走・競歩)	40mm	

9. 表彰について

(1) 各種目(県内各クラス)の1位には賞状とメダルを、2～3位には賞状を授与する。

県外参加者は、別に表彰する。(1～3位には賞状を授与する。)

(2) 大会当日受領のないものは受領放棄と見做し、後日の送付等は一切行わない。

10. その他

(1) 抗議について

① 競技中に起きた競技者の行為、または順位に関する抗議は、競技の公式発表後30分以内に本人または代理人(所属連盟役員)が審判長に口頭で行う。

② ジュリーに上訴する場合は、本人または代理人(所属連盟役員)が署名した文書に預託金1万円を添えなければならない。この預託金は、抗議が受け入れなかった場合は没収される。

(2) 競技中の事故について

- ① 傷害事故が発生した場合は、本部医務員に急報し応急処置を受けること。
- ② 主催者は、競技中に発生した傷害、疾病、物損事故に関しては応急処置を行うが、それ以外の責任は負わない。(主催者は大会期間中参加者を対象に「一日傷害保険」に加入する。)

(3) 暑さ対策について

- ① 大会期間が10月初旬なので、まだまだ暑さが厳しいと予想されます。そこで、熱中症予防のための十分な水分の補給は自己責任の元で留意すること。
- ② 極力日陰等風通しのよい場所で暑さをさけること。

(4) その他

- ① 更衣室は、男女それぞれの更衣室を使用すること。所持品の保管については、各自で厳重に保管すること。万が一事故が発生しても主催者は一切責任を負わない。
- ② ごみ、弁当殻、空き缶、ペットボトル等は必ず持ち帰る様にご協力をお願いいたします。

別表3 ハードルの使用基準(高さ70.0cmは小学生用を使用)

性別	種別	クラス	種目	高さ(cm)	台数	第1ハードルまで(m)	間隔(m)	フィニッシュまで(m)
男子	ショート	M-24~M30	110mH	106.7	10	13.72	9.14	14.02
		M35~M45		99.1				
		M50・M55	100mH	91.4				
		M60・M65		84.0				
		M70・M75	80mH	76.2	12.00	8.00	16.00	
		M80~		70.0				
女子	ショート	W-24~W35	100mH	84.0	10	13.00	8.50	10.50
		W40・W45	80mH	76.2	8	12.00	8.00	12.00
		W50・W55					7.00	19.00
		W60~	70.0					

別表2 走高跳のバーの上げ方基準

性別	クラス	練習の高さ(m)	開始の高さ(m)	上げ幅(cm)
男子	M-24~M35	1.35	1.40	5刻み
	M40・M45	1.25	1.30	
	M50	1.20	1.25	
	M55	1.10	1.15	
	M60・M65	1.00	1.05	
	M70	0.95	1.00	
	M75~	0.85	0.90	
女子	W-24~W30	1.20	1.25	3刻み
	W35	1.08	1.15	
	W40	0.93	1.00	
	W45・W50	0.84	0.90	
	W55・W60	0.78	0.85	
	W65~	0.69	0.80	

別表3 投擲競技用具の最小重量基準

性別	クラス	砲丸ハンマー(Kg)	円盤(Kg)	やり(g)
男子	M-24~M45	7.260	2.0	800
	M50・M55	6.0	1.5	700
	M60・M65	5.0	1.0	600
	M70・M75	4.0		500
	M80~	3.0	400	
	女子	W-24~W45	4.0	1.0
W50・W55		3.0	500	
W60~W70				
	W75~	2.0	0.75	400