

# 1 陸 上

1 期 日 一般 令和5年6月25日(日)  
 中学 令和5年6月25日(日)

2 開始時刻 一般 午前9時～  
 中学 午前9時～

3 場 所 砺波市陸上競技場 (雨天決行、ただし状況によって中止あり)

## 4 実施要項

(1) 種目・種別 一般男子・一般女子(中学男子・中学女子の部は、別途定める。)

|    |       |       |       |       |        |        |        |        |                         |                         |
|----|-------|-------|-------|-------|--------|--------|--------|--------|-------------------------|-------------------------|
| 男子 | 30歳未満 | 30歳以上 | 40歳以上 | 50歳以上 | 60歳以上  | 40歳未満  | 40歳以上  | 60歳以上  | 30歳未満                   | 30歳以上                   |
|    | 100M  | 100M  | 100M  | 100M  | 100M   | 3,000M | 3,000M | 3,000M | ・走幅跳<br>・砲丸投<br>(5.00k) | ・走幅跳<br>・砲丸投<br>(4.00k) |
| 女子 | 30歳未満 | 30歳以上 | 40歳以上 | 50歳以上 | 40歳未満  | 40歳以上  | 年齢制限なし |        | 年齢制限なし                  |                         |
|    | 100M  | 100M  | 50M   | 50M   | 1,500M | 1,500M | 走幅跳    |        | 砲丸投(2,72k)              |                         |

・男子400Mリレー

走順 1. 30歳以上 1名 100M  
 2. 30歳未満 " "  
 3. 40歳以上 " "  
 4. 50歳以上 " "

・女子400Mリレー

走順 1. 30歳以上 1名 100M  
 2. 30歳以上 " "  
 3. 30歳未満 " "  
 4. 40歳以上 " "

## (2) 申込規定

ア 出場制限 各種別2名以内、1人2種目以内(但しリレーは除く)

イ 申込用紙にナンバーカード、生年月日を必ず記入すること。

ウ 地区代表の連絡先(必ず連絡の取れる方)を記入してください。

エ 各種別内における参加資格は次のとおりである。

30歳未満 平成 5年4月2日以降、平成17年4月1日以前に生まれた者

40歳未満 平成58年4月2日以降、平成17年4月1日以前に生まれた者

30歳以上 昭和58年4月2日以降、平成 5年4月1日以前に生まれた者

40歳以上 昭和48年4月2日以降、昭和58年4月1日以前に生まれた者

50歳以上 昭和58年4月2日以降、昭和48年4月1日以前に生まれた者

60歳以上 昭和38年4月1日以前に生まれた者

**※ただし、実年齢より若い年齢区分への出場を認める。**

## (3) その他

ア スパイクピンは**7mm以下**とする。

イ リレー競技はセパレートとし、スパイク使用は可能とする。

## 5 その他

※新型コロナウイルス感染状況により、招集受付等を例年と変更する場合は、監督者打合せの際にお知らせしますので、必ず参加してください。

**※競技内容についての問合せ先** 陸上競技協会 吉江 智晴 090-9440-4525