

2020年釧根秋季記録会 -第4戦- 開催要項

- 主催 釧路地方陸上競技協会 (<http://www.sip.or.jp/~ban/index.htm>)
- 主管 釧路地方陸上競技協会 強化委員会
- 期日 **令和2年10月31日(土)**
役員打ち合わせ 8:50 競技開始 9:30
- 会場 釧路市民陸上競技場(釧路市広里13番地 TEL 0154-37-7722)
- 種目 小学6年・中学・高校・一般 **(赤字は小6出場可)**
男子—**共通** 100m①、**共通** 100m②、**共通** 300m、**共通** 600m←挑戦してみよう、**共通** 1000m、**共通** 5000m
共通 110mH(1.062m/9.14m)、**小6・中学** 110mH(0.914m/9.14m)、**共通** 300mH
共通 4×100mR、**共通** 4×200mR
共通 走高跳(1m20開始)、**共通** 走幅跳、**共通** 三段跳(9m以上)、**小6・中学** 砲丸投(4.01kg)、**小6・中学**・高校砲丸投(5kg)、**中学**・高校砲丸投(6kg)、**一般** 砲丸投(7.26kg)
共通 やり投、**共通** ジャベリックスロー
女子—**共通** 100m①、**共通** 100m②、**共通** 300m、**共通** 600m←挑戦してみよう
共通 1000m、
共通 100mH(0.84m/8.5m)、**小6・中学** 100mH(0.762m/8.0m)、**共通** 300mH
共通 4×100mR、**共通** 4×200mR
共通 走高跳(1m05開始)、**共通** 走幅跳、**共通** 三段跳(9m以上)
小6・中学 砲丸投(2.72kg)、**中学**・高校砲丸投(4.01kg)
共通 やり投、**共通** ジャベリックスロー
混合—共通 4×100mR(男2女2)、**共通** 4×200mR(男2女2) *但し、男女別リレーと兼ねないこと。
- 参加制限
 - ① 1人3種目までの出場とするが、4種目、5種目までの参加も申し出により認める。(ただし、リレーを除く)
 - ② **小学6年生**は、**共通(赤字)**及び**小6・中学**種目に参加することができる。
 - ③ 参加者は、日本陸連ガイダンス新型コロナウイルス感染リスクを軽減させた競技会の運営について(チェックリスト)に沿って、【大会前提出用】**体調管理チェックリスト**に記入し、大会当日、学校・チーム毎まとめて提出すること。
 - ④ 参加者は、大会運営上必要なプログラム、掲示板、ホームページ等への氏名、所属、学年、競技結果の掲載について了承するものとする。
- 競技規則 2020年日本陸上競技連盟競技規則と本大会要項による
- 申込方法 以下の(1)~(3)の3点を、期日までに済ませること。

申込期限 **令和2年10月21日(水) 必着**

(1)申込一覧表を**印刷提出** (2)申込一覧表を**メール添付送信** (3)参加料納入 **ゆうちょ送金**

(1) 申込一覧表 男子は黒、**女子は赤**で男女別に印刷し、下記宛に提出すること。

提出先 〒085-0043 釧路市喜多町1番23号 (0154-23-3291)

釧路市立北中学校 松田圭司 宛

(2) 申込一覧表データファイルを kus.tottori@gmail.com (鳥取中 村上)宛に

添付し、メール送信すること。

※メール送信できない場合は 申込一覧表用紙提出で知らせる、または、電話連絡で知らせること。

| | | | | | |
|---------|-----------|------------|------------|------------|------------|
| (3) 参加料 | 小学 | 1種目 500円 | 2種目 700円 | 3種目 900円 | リレー 800円 |
| | 中学 | 1種目 800円 | 2種目 1,100円 | 3種目 1,400円 | リレー 1,000円 |
| | 高校 | 1種目 900円 | 2種目 1,200円 | 3種目 1,500円 | リレー 1,500円 |
| | 一般 | 1種目 1,100円 | 2種目 1,400円 | 3種目 1,700円 | リレー 2,000円 |

参加料納入 下記宛まで振り込むこと。

(ゆうちょ銀行から)【記号】19060 【番号】59703931 【おなまえ】マツダ ケイジ
(他金融機関から) 【店名】九〇八(読みキューセゝロハチ) 【店番】908 【預金種目】普通預金
【口座番号】5970393 【名前】マツダ ケイジ

【依頼人】の欄は、所属団体名(個人の場合は個人名)全13文字とする。例 **クシロウカン** or **マツダケイジ**

*ただし、**現金書留は禁止とする。必ず、送金か手渡しとする。**

9. その他

- (1) 小学校のナンバーカードについて、6年生の新規に関しては貸出します。申込の際は「貸出」と入力して下さい。
- (2) 小学6年・中学生・高校生・一般の出場種目数は3種目までとする。**ただし、4種目、5種目を出場したい選手**がいる学校は、申込時に 申込一覧に付箋などを貼り、必ず知らせること。
- (3) 競技順は、

| | | | | | | |
|-------|-----------|--------|-----------|---------------|-----------|-----------|
| トラック | 9:30 | 10:00頃 | 10:30頃 | | 11:30頃 | 12:15頃 |
| | 600m | →300mH | → 100m① | →休み→ | 4×100mR | →休み→ ハードル |
| | | 13:00 | 13:30頃 | 14:00頃 | 14:30頃 | |
| | →休み→ | 300m | → 100m② | → 1000m | → 4×200mR | → 5000m |
| フィールド | 9:30 | 10:00頃 | 11:00頃 | | 12:30頃 | 13:30頃 |
| | 女走高跳・男走幅跳 | → | 男走高跳・女走幅跳 | → | | 三段跳 |
| | | 砲丸投 | → | やり投・ジャバリックスロー | | |

※100m①、100m②は の参加競技の関係でどちらかを選んでください。

100mを2本走っても構いません。

※走幅跳・三段跳、やり投・ジャバリックスローは、トップ8を決め、その後3本の試技する予定。

- (4) タイムテーブルは10月26日(月)以降にホームページでお知らせします。
- (5) 中学校、高校の監督は、必ず審判員としてお手伝い頂きます。昼食発注もありますので、申込一覧表に必ず名前をお書き下さい(氏名のあとに、"手伝えない"×か"手伝える"○をお書き下さい)。競技運営にご協力下さい。
- (6) 問い合わせは北中学校(FAX 23-3292) 松田圭司 または HP 下にあるメールアドレス 鳥取西中番匠 ban@sip.or.jp 迄。