

第19回 西東京市総合体育大会 実施要項

主催 西東京市

主管 NPO 法人西東京市体育協会・西東京市陸上競技協会

競技会場 武蔵野陸上競技場

日時 令和元年7月24日(水) 午前9時30分 ※雨天決行

競技種目

小学男女 100m (4年・5年・6年)

中学男子 100m・1500m・4×100mリレー・走幅跳・走高跳・砲丸投

中学女子 100m・800m・4×100mリレー・走幅跳・走高跳・砲丸投

※ 中学男子の200m・110mHと中学女子200m・100mH・及び走幅跳・走高跳・砲丸投は共通とし他は学年別とする

※ トラック競技は、すべてタイムレースとする。

※ 走高跳を除き走幅跳・砲丸投の試技は3回とする。

高校・一般男女 100m・400m・1500m・5000m・4×100mリレー

高校・一般女子 100m・800m・3000m・4×100mリレー

壮年男子(40～59才・60才以上) 100m・5000m・走幅跳

壮年女子(40～59才・60才以上) 100m・3000m・走幅跳

参加制限 1人2種目以内(ただしリレーを除く)

参加資格 市内在住、在勤、在学の方(市外の方はオープンで参加可能)

(注) 小学生と中学生は、保護者または学校長の許可を得てください。

参加費 市内在住、在勤、在学の方は無料(市外の高校生以上は700円)

表彰 1位～3位まで賞状を授与。(オープン参加者は除く)

申込用紙と申込先

(申込用紙 一覧表・個人表・リレー申込票が必要な方は、FAXまたは下記へ返信用封筒を同封のうえ請求してください。)(リレーのみに出場する場合は、個人表は不用です。)

☆ NPO 法人 西東京市体育協会 事務局

〒202-0013 西東京市中町1-5-1 西東京市スポーツセンター内

平日 9時～16時(土・日・祝日・第1火曜日は休み)

TEL 042-425-7055 FAX 042-439-3395

競技内容に関する問合せ先

☆ 西東京市陸上競技協会 事務局 〒202-0002 西東京市ひばりヶ丘北1-10-15

保谷 準 TEL&FAX 042-421-1873

申込期日 令和元年6月14日(金) 必着厳守

締め切り後は、プログラム作成の関係で受け付けられません。

その他

☆ ナンバーカードの交付は、100m スタート付近北側(競技者係)で行います。

☆ 競技中の事故等について、応急措置は行いますが、その後の責任は負いません。

☆ ゴミはすべて、持ち帰ること。

《 競 技 者 注 意 事 項 》

西東京市総体・陸上競技 2019

- 1、本大会は、令和元年度日本陸上競技連盟競技規則及び本大会の申し合わせ事項によって行う。
- 2、練習場がないので、競技に支障をきたさない範囲内で、審判員の指示によって、バックコース 8レーンを使用して練習してもよい。

3、招集時間

競技種目	招集開始時刻	招集完了時刻
トラック競技	30分前	20分前
フィールド競技	30分前	20分前

最終コールは、必ず本人が受けること。

競技者の召集場所は、100mスタート地点の北側です、遅れた競技者は棄権とみなし出場できないので注意すること。

- 4、全天候用スパイクを使用すること。

5、競技方法

- (1) ナンバーカードは、胸と背に確実に付けること。ただし、走高跳はどちらか一方で良い。
- (2) トラック競技は、タイムレースとし、同タイムの場合は、抽選とする。ただし、次の競技は、上位6名による決勝レースを行う。(高校・一般男子 100m、400m、中学生女子 100m) 800m以上はすべて決勝とする。
- (3) トラック競技の走路順とフィールド競技の試技順は、プログラムの記載順とする。
- (4) 800m以上の競技は、オープンスタートとする。
- (5) 走り高跳びを除くフィールド競技は、3回の試技とする。
- (6) 走り高跳びのバーの上げ方は審判長の指示による、中学生のバーの上げ方は、1位が決定するまで5cmとする。優勝決定は2cmとする。

男子	練習	1m30 cm	試技	1m35 cm	以降	5 cm
女子	練習	1m05 cm	試技	1m10 cm	以降	5 cm

- (7) 砲丸の重さ

中学男子	5 kg	中学女子	2.72 kg		
高校男子	6 kg	高校女子	4 kg	一般男子	7.26 kg

6、表彰

第1位から第3位まで賞状を授与する。(市内中学生は第6位まで) 競技終了し次第本部でお渡しいたします、放送に注意して下さい。

- 7、競技中の事故について、応急処置は行いますが、その後の責任は負わない。
- 8、保険証を持参する。
- 9、時節柄、熱中症等の対策を各自行う。水分補給を十分に・・・
- 10、プログラム等訂正は、本部総務にまで申し出てください。
- 11、ゴミは、各自責任を持って持ち帰ること。美化にご協力をお願い致します。