

# 令和7年度 最上地区中学校総合体育大会 陸上競技大会実施要項

- 1, 主催 最上地区中学校体育連盟  
 2, 主管 最上地区中学校体育連盟陸上競技部  
 3, 期日 令和7年 6月21日(土)、22日(日)  
 4, 会場 新庄市陸上競技場  
 住所：新庄市金沢3070-4 電話：0222-22-0682(新庄市体育協会/体育館)

- 5, 日程  
 第1日目： 開会式：午前8時00分 競技開始：午前9時00分  
 第2日目： 競技開始：午前9時00分 閉会式：実施しない  
 ※開場は午前7時00分とする。

## 6, 競技種目

### (1) 男子=17種目

- ・1年100m    ・2年100m    ・3年100m    ・共通200m    ・共通400m
- ・共通800m    ・1年1500m    ・2、3年1500m    ・共通3000m
- ・共通110mH    ・共通棒高跳び    ・共通走り幅跳び    ・共通走り高跳び
- ・共通砲丸投げ    ・共通四種競技    ・低学年400mR    ・共通400mR

※共通棒高跳競技については、事前の練習・指導等をしっかり行えるもののみ参加できる。

### (2) 女子=14種目

- ・1年100m    ・2年100m    ・3年100m    ・共通200m    ・共通800m
- ・1年1500m    ・2、3年1500m    ・共通100mH    ・共通走り幅跳び
- ・共通走り高跳び    ・共通砲丸投げ    ・共通四種競技    ・低学年400mR
- ・共通400mR

## 7, 出場制限

- (1) 各校1種目3名以内、1人2種目以内とし当該学校長が認めた生徒。但し、リレーは除く。
- (2) リレーは学校単位で1チームを編成し、同一人が2つのリレーにエントリーしてはいけない。
- (3) 補欠の登録は行わない。

## 8, 競技規則

- (1) 競技規則は、2025年日本陸上競技連盟競技規則及び大会規定に従う。
- (2) レーン順、競技順についてはプログラム記載順とする。
- (3) リレーのエントリーについては、低学年400mRは2年生(8年生)2名、1年生(7年生)2名とし、オーダーは自由とする。
- (4) 競技用具は競技場備え付けのものを使用する。
- (5) スパイクのピンは全天候型9mm以下(走高跳は12mm以下)とし、11本以内とする。800m以上のトラック種目では靴底が25mmを超えるシューズ(厚底)については使用不可とする。それ以外の種目についてはシューズ・スパイクともに20mmまでとする。
- (6) ハードルは次の規定によって行う。( )内は女子。  
 距離110m(100m)、高さ0.914m(0.762m)、台数10台(10台)、スタートより第1ハードルまで13.72m(13m)、ハードル間9.14m(8.00m)、最終のハードルから決勝線まで14.02m(15.00m)とする。
- (7) 砲丸の重さは、男子5.000kg、女子2.721kgとする。ただし四種競技における砲丸の重さは男子4.000kg、女子2.721kgとする。
- (8) 四種競技は次の順で行い、①・②を1日目、③・④を2日目とし、2日間で実施する。  
 男子(①110mH ②砲丸投 ③走高跳 ④400m)、女子(100mH ②走高跳 ③砲丸投 ④200m)
- (9) 走高跳、棒高跳のバーの上げ方は次の表の通りとする。ただし、1位決定・県大会出場決定のためのバーの上げ下げは走高跳2cm、棒高跳5cmとする。(グラウンドコンディションにより変更も有り得る)

		練習	1回目	2回目	3回目	4回目	5回目	6回目	7回目	8回目以降
男子	共通 走高跳	1m40	1m45	1m50	1m55	1m60				5回目以降3cmずつ
	四種 走高跳	1m25	1m30	1m35	1m40	1m45	1m50	1m55	1m60	8回目以後3cmずつ
女子	共通 走高跳	1m20	1m25	1m30	1m35	1m40				5回目以降3cmずつ
	四種 走高跳	1m10	1m15	1m20	1m25	1m30	1m35	1m40		7回目以降3cmずつ

- (10) 安易な棄権・欠場行為をした場合は、それ以後すべての種目への出場を認めない。

9, 申込方法

(1) 一覧表のデータを作成し、それを印刷したものに学校長の許可を得て下記まで申し込むこと。

申込先	○最上地区中学校体育連盟 アドレス：mogami.cyutairen.20230726@mogami-cyutairen.jp
提出期限	○一覧表データは、可能であれば6月13日（金）に提出してください。 ○上記が難しい場合、6月17日（火）午後3時を切とします。
提出物	○一覧表のデータとPDFの両方を最上地区中体連アドレスにメールしてください。 ○参加料は選手1人につき700円です。 ○参加料は6月18日（水）の監督会議に持参してください。

10, 表彰

- (1) 表彰は次のとおりとする。
- ①各種目3位までに賞状を授与する。
  - ②リレー…4種目の優勝チームに対し、優勝杯を授与する。

11, その他

(1) 選手のユニフォームは胸と背にアスリートビブス（指定された番号）をつける。但し、走幅跳と走高跳に出場する選手は胸だけでも良い。（男子=黒字・女子=赤字、大きさは20cm×25cm）

新庄 2000 ~ 2029	八向 2110 ~ 2129	真室川 2800 ~ 2829
明倫 2030 ~ 2059	金山 2130 ~ 2149	大蔵 2830 ~ 2849
日新 2060 ~ 2089	最上 2150 ~ 2179	鮭川 2850 ~ 2869
萩野 2090 ~ 2109	舟形 2180 ~ 2199	戸沢 2870 ~ 2889

(2) プログラム編成会議と監督会議は、令和7年6月18日（水）の午後2時から実施する。場所は日新中学校の会議室とし、参加する選手がいる学校は必ず1名出席する。

(3) 組み合わせ上の主な配慮事項（細部は抽選会の時に確認する。）

①予選においては同一校同士の選手が同一組にならないようにする。ただし、組数と出場者数によっては、専門分の判断により、同一校同士の選手が同一組になることもある。

②決勝においては、陸上競技規則にそって抽選でレーン順を決定する。

(4) 県中学総体陸上競技大会への出場権について

※基本的には、個人種目は上位2名、リレー種目は上位1校とする。（詳細は下記参照）また、他の種目で県中学総体に出場するために権利を放棄した場合は、3（2）位以下の選手（チーム）に与える。

※閉会式終了後に市陸上競技場会議室において監督会議を行い、県中学総体陸上競技大会へ出場する選手の選考をする。

男子=17種目

・1年100m②	・2年100m②	・3年100m②	・共通200m②	・共通400m②
・共通800m②	・1年1500m③	・2、3年1500m②	・共通3000m④	
・共通110mH②	・共通棒高跳②	・共通走高跳②	・共通走幅跳②	
・共通砲丸投③	・共通四種競技②	・低学年400mR①	・共通400mR②	

女子=14種目

・1年100m②	・2年100m②	・3年100m②	・共通200m②	・共通800m②
・1年1500m②	・2、3年1500m②	・共通100mH②	・共通走高跳②	
・共通走幅跳②	・共通砲丸投③	・共通四種競技③	・低学年400mR①	
・共通400mR①				

・上記出場枠は、令和6年度のものであり、出場枠が確定したら正式な人数を各校に報告する。