

## 第23回長野マスターズ陸上競技選手権大会

主 催 長野マスターズ陸上競技連盟  
 共 催 信濃毎日新聞社・(公財)信毎文化事業財団・(財)長野県体育協会  
 主 管 長野陸上競技協会  
 後 援 長野県教育委員会・SBC信越放送

- 1 期 日 2012年(平成24年)6月10日(日)
- 2 会 場 松本広域公園陸上競技場 (松本市今井)
- 3 参加資格 大会当日(6/10)の満年齢が、男子30歳・女子25歳以上で  
日本マスターズ陸上競技連合に登録している者
- 4 競技者区分 平成24年6月10日現在の満年齢5歳毎の年齢グループ

### 5 競技種目

男子の部				女子の部			
クラス	年齢	種 目		クラス	年齢	種 目	
				SW 25	25~29		
SM 30	30~34	60m	走高跳	W 30	30~34	60m	走高跳
M 35	35~39	100m	棒高跳	W 35	35~39	100m	棒高跳
M 40	40~44	200m	走幅跳	W 40	40~44	200m	走幅跳
M 45	45~49	400m	三段跳	W 45	45~49	400m	三段跳
M 50	50~54	800m	砲丸投	W 50	50~54	800m	砲丸投
M 55	55~59	1500m	円盤投	W 55	55~59	1500m	円盤投
M 60	60~64	3000m	ハンマー投	W 60	60~64	3000m	ハンマー投
M 65	65~69	5000m	やり投	W 65	65~69	5000m	やり投
M 70	70~74	110mH (SM30~M45)		W 70	70~74		
M 75	75~79	100mH ( M50~M65)		W 75	75~79	100mH (SW25~W35)	
M 80	80~84	80mH ( M70~ )		W 80	80~84	80mH ( W40~W70)	
M 85	85~89			W 85	85~89		
M90+	90~			W90+	90~		
リレー 種目 4×100m	クラス別 同一年齢区分4人チーム 年代別 ①60~ ②50~ ③40~ ④35~ 還暦 ①70~ ②65~ ③65~ ④60~			リレー 種目 4×100m	クラス別 同一年齢区分4人チーム 年代別①50~ ②40代 ③40~ ④30~ 共 通 30歳以上4人チーム		
注① リレーメンバーは個人種目への参加者に限る							
注② ハードルの高さや投てき用具の重さ等は日本マスターズ競技規則による							

- 6 競技規則 平成24年度日本陸上競技規則及び日本マスターズ陸上競技選手権大会規定準用
- 7 参加制限 1人につきリレーを除く3種目以内  
県実業団選手権大会に出場する種目へのエントリー不可
- 8 参加料 1人につき1種目2000円・2種目3000円・3種目4000円  
但し リレーは無料
- 9 申込方法 ①県内者：所属する支部事務局へ「長野マスターズ陸上競技連盟ホームページ」

にある申込書様式で、5月10日（木）までに参加料を添えて申し込む。

②県外者：『郵便振替』により5月10日（木）までに申し込む。

a 長野マスターズ陸上競技連盟ホームページにある払込取扱票を使用する。

b a が不能な場合は返信用封筒を同封し、事務局から振込取扱票を取り寄せる。

※ 「押印無し」「電話番号未記入」「文字読み取り不能」など、払込取扱票の記載事項に不備がある場合は受け付けできませんのでご注意ください！！

※ 読み難い氏名には、必ず振り仮名をつけてください。

③申込変更：5月11日以降の申込や変更は一切受け付けない。

④大会事務局：〒386-1541 上田市上室賀322

長野マスターズ大会事務局 白鳥隆夫

TEL.FAX 0268-31-3347

1 0 表 彰 各クラス1位にメダルを、全員に賞状を授与する。

1 1 ナンバーカード ①県内者：所持するナンバーカード（登録番号と同じ数字）を持参する。

※登録直後の大会参加等、手元にナンバーカードが無い選手は当日受付で受け取る。

②県外者：大会事務局が割り振ったナンバーカードを当日受付で受け取る。

1 2 受 付 大会当日午前8時から競技場玄関ホールでおこなう。

1 3 留意事項 ①事前に健康診断を受ける等、自己の健康には十分留意して参加する。

②競技中に発生した傷害に対しては主催者側は応急処置をするが、他の責任は一切負わないことをあらかじめご承知のうえ参加されたい。

③大会当日は主催者が参加者を対象に「一日レクリエーション保険」に加入する。健康保険証をご持参願いたい。

④競技場は全天候舗装につき、スパイクやシューズ等は、必ず規定に沿ったものを使用されたい。

⑤参加者数により、他のクラスと同時に競技することがある。

⑥競走競技はタイムレースで順位を決定する。（同タイムの時は高齢者が上位）

⑦走高跳・棒高跳を除くフィールド種目の試技数は4回までとする。

⑧メダル・賞状は本人または代理人が当日持ち帰っていただきたい。

（後日送付等はしない）

1 4 競技順序 9：30競技開始 15：00終了予定（順序は一部変更も考えられる）

① 男女5000m ⑦ 男女3000m ① 男女走幅跳 ① 男女砲丸投

② 男女60m ⑧ 男女200m ② 男女棒高跳 ② 男女円盤投

③ 男女100m ⑨ 男女1500m ③ 男女走高跳 ③ 男女やり投

④ 男女400m ⑩ リレー ④ 男女三段跳 ④ 男女ハンマー投

⑤ 男女80・100・110mH

⑥ 男女800m

\* 競技時間は決まり次第「長野マスターズ陸上競技連盟ホームページ」に掲載する。

1 5 個人情報 大会運営に必要なこと以外には使用しない。