

第 1 5 回長野マスターズ陸上競技記録会『長野市大会』

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
 主 管 長野市陸上競技協会

- 1 期 日 2012年(平成24年)10月7日(日)
- 2 会 場 長野市営陸上競技場 (長野市吉田)
- 3 参加資格 大会当日(10/7)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10月7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	混成五種競技	W 85	85~89	
M90+	90~	(走幅 槍 200m 円盤 1500m)	W90+	90~	
注 ハート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3種目以内
- 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 五種競技は3000円とする。(五種競技を含む複数種目参加の場合は
 五種を1種目めに数え2種目めから1000円ずつ加算する)
- 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」
 にある県内者申込書様式で、9月7日(金)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9月7日(金)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県外者申込書(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に振込取扱票を請求する。

※ 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、受付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：9月8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

10 表彰 全員に賞状を授与する。

11 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。

12 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。

13 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）

14 競技順序 競技開始 9:30 15:00 終了予定

トラック		跳躍		投てき	
① 女 800m	⑨ 女 3000m	⑰ 男 110mH	① 混 走幅跳	① 男女ハンマー投	
② 男 800m	⑩ 男 3000m	⑱ 女 200m	② 男女 走幅跳	② 混 やり投	
③ 女 100m	⑪ 女 60m	⑲ 男 200m	③ 男女 走高跳	③ 男女 砲丸投	
④ 男 100m	⑫ 男 60m	⑳ 女 1500m	④ 男女 三段跳	④ 男女 やり投	
⑤ 女 5000m	⑬ 混 200m	21 男 1500m		⑤ 混 円盤投	
⑥ 男 5000m	⑭ 女 80mH	22 混 1500m		⑥ 男女 円盤投	
⑦ 女 400m	⑮ 男 80mH	⑬と⑭の間昼休み約1時間			
⑧ 男 400m	⑯ 男 100mH				

*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。

15 個人情報 大会運営に必要なこと以外には使用しない。