

第29回三重マスターズ陸上競技選手権大会  
兼ねりんピックはばたけ鳥取2024選手選考競技会要項

1. 主催 三重マスターズ陸上競技連盟 一般財団法人三重陸上競技協会
2. 後援 中日新聞社 株式会社ぎゅーとら
3. 主管 一般財団法人三重陸上競技協会
4. 期日 2024年5月12日(日)(雨天決行) 開始式9時00分 競技開始9時30分
5. 会場 三重交通Gスポーツの杜 伊勢 陸上競技場(メイン) 伊勢市宇治館町510 TEL 0596-22-0188)
6. 競技クラス 2024年5月12日を基準とした満年齢による年齢(5歳刻み)  
男子 M-24 (M24以下) M25 (25~29)  
M30 (30~34) M35 (35~39) M40 (40~44) M45 (45~49)  
M50 (50~54) M55 (55~59) M60 (60~64) M65 (65~69)  
M70 (70~74) M75 (75~79) M80 (80~84) M85 (85~89)  
M90 (90~94) M95 (95~99) M100+ (100~)  
女子 W-24 (W24以下) W25 (25~29)  
W30 (30~34) W35 (35~39) W40 (40~44) W45 (45~49)  
W50 (50~54) W55 (55~59) W60 (60~64) W65 (65~69)  
W70 (70~74) W75 (75~79) W80 (80~84) W85 (85~89)  
W90 (90~94) W95 (95~99) W100+ (100~)
7. 種目 男子 60m 100m 200m 400m 800m 1500m 3000m (M60以上)  
5000m (M55以下) 80mH (M70~M80) 100mH (M50~M65)  
110mH (M45以下) 3000mW 走高跳 棒高跳 走幅跳 三段跳  
砲丸投 円盤投 やり投 ハンマー投 立五段跳 ジャベリック (M50~)  
女子 60m 100m 200m 400m 800m 1500m 3000m (W50以上)  
5000m (W45以下) 80mH (W40~W80) 100mH (W35以下)  
3000m w 走高跳 棒高跳 走幅跳 三段跳  
砲丸投 円盤投 やり投 ハンマー投 立五段跳 ジャベリック (W50~)  
※ 男女共「やり投」と「ジャベリック」を兼ねることはできない。
8. 参加資格 2024年度三重マスターズ陸上競技連盟登録者であること。申込締め切り2週間前までには登録完了のこと。県外参加者は2024年度日本マスターズ陸上競技連合と日本陸上競技連盟双方の登録者に限り申し込む事ができる。
9. 出場制限 一人3種目以内とする。
10. 競技方法 各種目別、年齢区分別に実施する。参加人数の状況によっては他の年齢区分の者と混合で競技を行う場合がある。
11. 参加料 1種目3,000円 2種目4,000円 3種目5,000円  
※必ず振り込みでお願いします 一旦納入した参加料は返金いたしません。  
◎振込先 百五銀行平田町駅前支店 普通預金 口座番号 719422  
口座名 三重マスターズ陸上競技連盟 理事 松井 稔幸  
\*名前の後ろに大会名記入、別の大会と纏めて納入しないこと。  
(例:イズミ マサト ケンセン)
12. 申込方法 (1) 所定の申込書に必要事項を記入し、申込書と参加料の振り込みを証明するものを同封して郵送すること。(領収書・コピー) チームで申し込む場合は内訳明細を必ず添付の事。申込用紙はマスターズHPよりダウンロードして下さい。  
(2) 申込書の登録番号欄へは県内参加者は、2023年度のビブス(ナンバー)を記入すること。新規の方と2024年度のビブス(ナンバー)は当日配布する予定。使用する2023年度のビブス(ナンバー)と間違わないこと。県外参加者は日本マスターズ登録番号と「ビブス(ナンバー)」を記入すること。  
(3) 申し込み先 〒516-0014 伊勢市楠部町乙5-12  
三重マスターズ陸上競技連盟 理事長 泉 勝人 宛  
(4) 申込期限 2024年3月6日(水) ~ 4月5日(金) 17時まで ※期限厳守(必着)  
※~~レ~~切後の申込・変更等は受付しません

13. 競技規則 (1) 2024 年度日本陸上競技連盟規則及び日本マスターズ陸上競技連合規則を準用する。  
尚、ハードル競技の種目基準及び投擲競技における用具の基準は、全日本マスターズ陸上競技選手権大会規則を準用する。

クラス		種目	高さ	間隔	1 台目まで	ゴールまで	台数
M-24～M30		110mH	106.7cm	9.14m	13.72m	14.02m	10
M35～M45		110mH	99.1cm	9.14m	13.72m	14.02m	10
M50 M55		100mH	91.4cm	8.50m	13.00m	10.50m	10
M60 M65		100mH	84.0cm	8.00m	12.00m	16.00m	10
M70 M75		80mH	76.2cm	7.00m	12.00m	19.00m	8
M80+		80mH	68.6cm	7.00m	12.00m	19.00m	8
W-24～W35		100mH	84.0cm	8.50m	13.00m	10.50m	10
W40 W45		80mH	76.2cm	8.00m	12.00m	12.00m	8
W50 W55		80mH	76.2cm	7.00m	12.00m	19.00m	8
W60～W75		80mH	68.6cm	7.00m	12.00m	19.00m	8
クラス			砲丸・ハンマー	円盤	やり		
男子	M-24～M45		7.26kg 以上	2.00kg 以上	最小 800g 以上		
	M50 M55		6.00kg 以上	1.50kg 以上	最小 700g 以上		
	M60 M65		5.00kg 以上	1.00kg 以上	最小 600g 以上		
	M70 M75		4.00kg 以上	1.00kg 以上	最小 500g 以上		
	M80+		3.00kg 以上	1.00kg 以上	最小 400g 以上		
女子	W-24～W45		4.00kg 以上	1.00kg 以上	最小 600g 以上		
	W50～W70		3.00kg 以上	1.00kg 以上	最小 500g 以上		
	W75 W80+		2.00kg 以上	0.75kg 以上	最小 400g 以上		

- (2) トラック競技は、タイムレースとする。  
(3) 走高跳・棒高跳を除くフィールド競技の試技は 4 回とする。  
(4) 棒高跳のポール以外の持参の競技用具の使用は認めない。  
(5) 競技用のスパイクピンは 9mm 以下とする。但し、走高跳・やり投は 12mm 以下とする。
14. ビブス (ナンバー) について  
(1) 2023 年度三重陸上競技協会登録番号とする。  
(2) 県外参加者は、日本マスターズ登録番号のビブス (ナンバー) を各自で用意し、使用すること。  
(3) 安全ピンは持参のこと。
15. 表彰  
(1) 各クラス種目別 1 位～3 位入賞者には賞状を授与し、1 位にメダルを授与する。  
(入賞した者は必ず受付にて賞状を受け取る。特に表彰式はありません。)  
後日の郵送はありません。  
(2) 県外参加者についてはオープン参加とする。
16. 会場案内  
(1) 近鉄宇治山田駅より、宇治浦田町行、御座行、宿浦行の三重交通バスに乗車 (約 15 分)  
宇治浦田町バス停下車 (徒歩 5 分)  
(2) 近鉄五十鈴川駅下車 (徒歩 20 分)
17. その他  
(1) 競技会参加者は事前に健康診断を受けて、自己の健康に十分留意した上で大会に出場すること。  
(2) 競技中に発生した疾病・事故については、応急処置はするが、以後の責任は一切負わないので、その点十分承知の上大会に参加すること (万一に備えて保険証持参が望ましい)。  
(3) 競技者は必ず競技注意事項を読むこと。  
(4) 競技場駐車場は、役員及び大型バス (マイクロ含む) 専用になります。  
周辺駐車場は、すべて有料となります。ご承知おきください。  
(5) 受付は 8:00～9:00 まで (時間厳守)。時間までに来られない場合は必ず理事長に連絡をすること。  
(6) 本大会が中止となった場合等、理由の如何に問わず参加料の返金はいたしません。  
(7) 1 日傷害保険に加入します。

18. 問合せ先 〒516-0014 伊勢市楠部町乙 5-12 三重マスターズ陸上競技連盟  
理事長 泉 勝人宛 (TEL090 2340 3857)  
三重マスターズホームページの「お問い合わせ」をご利用ください。  
※ 三重マスターズホームページ 三重陸協ホームページより検索のこと。