

第25回東海マスターズ陸上競技選手権大会  
兼 第31回三重マスターズ陸上競技選手権大会要項  
(大会コード： )

1. 主催 東海マスターズ陸上競技連盟
2. 後援 (公社)日本マスターズ陸上競技連合 三重県 伊勢市 (公社)伊勢志摩観光コンベンション機構  
(株)ぎゅーとら (株)中日新聞社
3. 主管 (一財)三重陸上競技協会 三重マスターズ陸上競技連盟
4. 期日 2026年5月17日(日)(雨天決行) 受付8:00~12:00 開始式9:00 競技開始9:30
5. 会場 会場コード:231010 三重交通Gスポーツの杜 伊勢 陸上競技場(イソ)  
三重県伊勢市宇治館町510 TEL 0596-22-0188

6. 競技クラス 2026年5月17日を基準とした満年齢によるクラス分け

男子の部				女子の部			
クラス	満年齢	種目		クラス	満年齢	種目	
M24-	18歳から24歳	トラック	フィールド	W24-	18歳から24歳	トラック	フィールド
M25	25歳から29歳	60m	走高跳	W25	25歳から29歳	60m	走高跳
M30	30歳から34歳	100m	棒高跳	W30	30歳から34歳	100m	棒高跳
M35	35歳から39歳	200m	走幅跳	W35	35歳から39歳	200m	走幅跳
M40	40歳から44歳	400m	三段跳	W40	40歳から44歳	400m	三段跳
M45	45歳から49歳	800m	立五段跳	W45	45歳から49歳	800m	立五段跳
M50	50歳から54歳	1500m	砲丸投	W50	50歳から54歳	1500m	砲丸投
M55	55歳から59歳	3000m※1	円盤投	W55	55歳から59歳	3000m※1	円盤投
M60	60歳から64歳	5000m※1	ハンマー投	W60	60歳から64歳	5000m※1	ハンマー投
M65	65歳から69歳	3000mW	やり投	W65	65歳から69歳	3000mW	やり投
M70	70歳から74歳	80mH※2		W70	70歳から74歳	80mH※2	
M75	75歳から79歳	100mH※2		W75	75歳から79歳	100mH※2	
M80	80歳から84歳	110mH※2		W80	80歳から84歳	4×100mR※3	
M85	85歳から89歳	4×100mR※3		W85	85歳から89歳		
M90	90歳から94歳			W90	90歳から94歳		
M95	95歳から99歳			W95	95歳から99歳		
M100	100歳から104歳			W100+	100歳以上		
M105+	105歳以上						

年齢制限 ※1 3000mはM60・W60以上、5000mはM55・W55以下 ※2 13. 競技規則にて確認のこと  
※3 エントリーはチーム最若者のクラスとし、そのクラスに該当するメンバーが最低2名必要

7. 参加資格 2026年度日本マスターズ陸上競技連合および日本陸上競技連盟登録者であること。
8. 出場制限 一人3種目以内とする(リレーは除く)、またリレーのみの参加は不可。
9. 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。
10. 参加料 個人種目:1種目5,000円 2種目6,000円 3種目7,000円 リレー:1チーム4,000円  
※必ず振込でお願いします 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  
\*名前の後ろにビブス番号を記入のこと(例:イズミ ケイコ 345)
11. 申込方法 (1) 三重マスターズIP (<https://miemasters.com>) からweb 申込するか、所定の申込書に必要事項を記入し、申込書と参加料の振込証明できるものを同封して郵送してください(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。申込用紙はIPよりダウンロード可能。  
(2) 三重マスターズの方は登録番号欄に 2025年度三重陸協登録番号(ビブスナンバー) を記入、  
県外登録者は登録番号欄への記入は不要、日本マスターズ登録番号と実際のビブスナンバー」を記入すること。  
(3) 申し込み先 〒515-0811 三重県松阪市塚本町65 メゾングランディア201号室  
三重マスターズ陸上競技連盟 事務局 松井 朋彦 宛

- (4) 申込期限 4月12日(日) ※期限厳守(必着)  
※〆切後の申込・変更等は受付しません

12. 競技規則 (1) 2026 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
M24- M25 M30	110mH	106.7cm	9.14m	13.72m	14.02m	10
M35 M40 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 以上	80mH	70.0cm	7.00m	12.00m	19.00m	8
W24- W25 W30 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 W65 W70 W75	80mH	70.0cm	7.00m	12.00m	19.00m	8
クラス		砲丸投 ハンマー投	円盤投	やり投		
男子	M24- M25 M30 M35 M40 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 以上	3.00kg 以上	1.00kg 以上	最小 400g 以上		
女子	W24- W25 W30 W35 W40 W45	4.00kg 以上	1.00kg 以上	最小 600g 以上		
	W50 W55 W60 W65 W70	3.00kg 以上	1.00kg 以上	最小 500g 以上		
	W75 W80 以上	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3回、TOP8 進出者のみ4回目試技を行う。  
(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。  
(6) 三段跳は特設板から試技を行う場合、日本陸連記録は非公認(マスターズ記録としてのみ公認)。

13. ビブス(ナンバー)について

- (1) 三重県選手は2025 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)を使用すること。  
(3) 安全ピンは持参のこと。

14. 表彰

- (1) 各クラス種目別3 位までの入賞者には賞状を授与、1 位にはメダルを授与する(東海地区選手を対象とする、他地区選手はオープン参加)。

入賞した者は必ず受付にて賞状を受け取る。表彰式、後日の郵送はありません

- (2) 三重マスターズ選手権の賞状は今年度中にお渡しします(表彰は県内者のみ対象)。

15. 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) 近鉄五十鈴川駅下車(徒歩20 分)

16. 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のみとし、以後の責任は一切負わない。  
※1 日傷害保険に加入します、ケガ等の場合は大会事務局に申し出てください。  
(3) 競技注意事項を必ず読むこと、また大会当日の案内を必ず確認すること。  
(4) 気象条件等を鑑み、日本マスターズ競技細則を準用、「スポーツ活動中の熱中症予防ガイドブック」に基づき、WBGT に応じた対応の日安を考慮しながら大会運営を実施する。  
(5) 距離3000m 以上の種目については制限時間を設ける。3000m-20 分、5000m-25 分、3000mW-30 分とし時間内にフィニッシュできないと審判長が判断したときは競技を中止させることができる。  
(6) 競技場前駐車場は役員専用。選手は多目的広場か周辺駐車場(有料)に駐車すること(要HP 確認)。  
(7) 個人情報について①競技結果を本連盟HP・メディアにて公表②大会運営のための活用に限り使用  
(8) 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。

17. 問合せ先

三重マスターズHP (<https://miemasters.com>) の「お問い合わせ」欄から質問事項を入力。

緊急時は 理事長 松井 朋彦まで 携帯電話 090-7676-8480

※所属連盟と名前をお伝えいただいてから内容をお話してください。