

# ルール改正＜靴底の厚さ＞

長崎陸上競技協会

2024年11月1日より世界陸上競技連盟（WA）の規則（TR5.2）が規定するシューズについて、競技会にて使用できるシューズの靴底の厚さは下記の通りとなりました。各学校において規定内のシューズを履いて出場するように指導、確認をお願いします。

トラック種目（競歩を除く）・フィールド種目：20mm

※トラックで行われる競歩は40mm

道路競技（競走・競歩）：40mm

クロスカントリー：スパイクシューズ20mmまたはノンスパイクシューズ40mm

以下のサイトで規定内のシューズかどうかを確認できます。

[Full list | LIST OF APPROVED ATHLETIC SHOES](#)

[WA 承認シューズリスト ※随時更新](#)

ただし、リストに掲載されていない靴であっても審判長の確認により靴規程の他の部分に反していなければ、競技会で使用することは可能な場合があります。

基本的に26.5～27.0cmが基準とされています。シューズのサイズによっては測定したときに、規定の値を超える場合があります。