

## 第37回長崎マスターズ陸上競技選手権大会要項

1. 主催 長崎マスターズ陸上競技連盟・長崎新聞社  
 後援 九州マスターズ陸上競技連盟・長崎県教育委員会・諫早市  
 主管 長崎陸上競技協会・長崎マスターズ陸上競技連盟 (以上予定)
2. 期 日 : 2024年7月27日(土) 雨天決行
3. 会 場 : トランスコスモススタジアム長崎(諫早市宇都町・JR 諫早駅下車)
4. 競技種目:

【男子】クラス M-24 M25 M30 M35 M40 M45 M50 M55 M60 M65 M70  
 M75 M80 M85 M90 M95 M100 M105+

60m 100m 200m 400m 800m 1500m 3000m(M60~) 5000m(M-24~M55) 3000mW  
 ※ハードル種目 110mH(~M45) 100mH(M50~M65) 80mH(M70~)  
 400mH(~M55) 300mH(M60~M75) 200mH(M80~)

走高跳 棒高跳 走幅跳 三段跳 砲丸投 円盤投 やり投

※ハードル種目について

種 目	クラス	高さ	第1ハードルまで	インターバル	ゴールまで
110mH	M-24~M30	1.067m	13.72m	9.14m	14.02m
110mH	M35~M45	0.991m	13.72m	9.14m	14.02m
100mH	M50~M55	0.914m	13.00m	8.50m	10.50m
100mH	M60~M65	0.840m	12.00m	8.00m	16.00m
80mH	M70~M75	0.762m	12.00m	7.00m	19.00m
80mH	M80~	0.686m	12.00m	7.00m	19.00m
400mH	~M45	0.914m	45.00m	35.0m	40.00m
400mH	M50~M55	0.840m	45.00m	35.0m	40.00m
300mH	M60~M65	0.762m	50.00m	35.0m	40.00m
300mH	M70~M75	0.686m	50.00m	35.0m	40.00m
200mH	M80~	0.686m	20.00m	35.0m	40.00m

【女子】クラス W-24 W25 W30 W35 W40 W45 W50 W55 W60 W65 W70  
 W75 W80 W85 W90 W95 W100+

60m 100m 200m 400m 800m 1500m 3000m 5000m(W-24~W55) 3000mW

※ハードル種目(希望者参加可; ハードルの高さ、インターバル等は日本マスターズの規定のとおり)

走高跳 棒高跳 走幅跳 三段跳 砲丸投 円盤投 やり投

5. 競技日程: 競技開始 午前9時30分
6. 参加資格: 2024年7月27日を基準として、下記の事項に該当する者。
  - (1) 2024年度 (公社) 日本マスターズ陸上競技連盟登録且つ日本陸連登録者 (ID 取得者)
  - (2) 未登録者は、早急に登録すること。 (未登録者は参加できない)  
 (登録先…〒851-8502 西海市西海町川内郷 1211 清水正明 宛)  
 電話番号 090-1928-8261  
 県外登録者は年齢証明のコピーを添付すること。
  - (3) 満年齢 18歳以上
7. 参加制限: 一人の参加できる種目は3種目までとする。
8. 参加料: 一人につき、1種目 2,000円 2種目 3,000円 3種目 4,000円  
※参加取消、不参加の場合、及び「大雨警報」「暴風警報」等が出るような天候、その他主催者側の責任によらない不測の事態が生じ大会が中止になった場合でも、参加料は返金しない。
9. 申込方法: ○所定の申込書に必要事項を記入し、必ず参加料を同封すること。(「現金書留」か「ゆうちょ銀行への振込」でお願いします。)

○申込後の変更は一切認めない。また、大会当日の参加申込も一切認めない。

10. 申込期間： 2024年5月20日（月）～6月28日（金）必着

11. 申込先：

〒854-0062 長崎県諫早市小船越町 1208-16 安浪 勝之 宛

自宅電話（FAX）：0957-42-3055 携帯電話：090-7443-3693

ゆうちょ銀行への納入先：口座名称「長崎マスターズ陸上競技連盟」

「ゆうちょ銀行」から振込 口座番号：記号 17670 番号 25873961

「他の金融機関」から振込 店名：七七八 店番：768 種目：普通預金 番号：2587396

12. アスリートビブス（ナンバーカード）：大会当日、受付にて配布する

13. 表彰：○参加者全員に参加賞を授与する。

○県内参加者の中から3名に優秀選手賞を授与する。

14. 健康管理：○参加者は、事前に健康診断を受けるなど、自己の健康に充分留意して出場すること。

○競技中に発生した傷害事故等に対しては、主催者側は応急の処置はするが、それ以外の責任は一切負わないので、その点ご承知の上、各自の責任にて参加すること。（主催者は大会期間中参加者を対象に「一日損害保険」に加入する。）

15. 投てき重量：

性別	クラス	砲丸	円盤	やり
男子	～M45	7.26kg	2.0kg	800g
	M50・M55	6.0kg	1.5kg	700g
	M60・M65	5.0kg	1.0kg	600g
	M70・M75	4.0kg	1.0kg	500g
	M80以上	3.0kg	1.0kg	400g
女子	～W45	4.0kg	1.0kg	600g
	W50～W70	3.0kg	1.0kg	500g
	W75以上	2.0kg	0.75kg	400g

16. スパイクピン：全天候型競技場のため、全天候型用スパイクピン（トラック 9mm 以下・フィールド 12mm 以下）を使用すること。

17. 競技用シューズについて

【靴底の厚さ】ソールの最大の厚さは下記の厚さを超えてはならない。

フィールド種目（三段跳を除く） 20mm

三段跳び 25mm

800m未満のトラック種目（含むハードル） 20mm

800m以上のトラック種目 25mm

18. その他：競技運営上の措置として、距離を競うフィールド種目の**試技数は4回**とする。

**【大会参加及び開催について】**

・マスク着用は個人の判断に委ねます。

・新型コロナウイルスやインフルエンザウイルスなどの感染症罹患中並びに回復直後は来場を自粛してください。

・新型コロナウイルス感染拡大の場合、突然の中止の可能性もあります。中止となった場合は「[長崎陸上競技協会のホームページ](#)」に掲載（お知らせする）予定です。

・大会の参加は義務ではなく自分の意思ですので、すべて自己責任での参加となります。