

陸上競技規則

I 競走競技

- 1 スタートについては次のようにする。
 - (1) 50m についてはスタンディングスタートのみとする。また、その場合、スターティング・ブロックを使用することはできない。
 - (2) 100m・200m・400m 競走（4×100m リレーを含む）においてはクラウチングスタートをしなくてもよく、また、スターティング・ブロックを使用しなくてもよい。ただし、スタンディングスタートの場合、スターティング・ブロックは使用することはできない。
- 2 聴覚、平衡、音声・言語そしゃく機能障害者（以下「聴覚」という）部門のスタートは次のように行う。
 - (1) 競技者全員に見えやすい位置とする
 - (2) 100m及び200mについてはいすに座った姿勢で、50m及び800m、1500mについては、立った姿勢でピストルを発射する
 - (3) 「On your marks : オン・ユア・マークス」（意味：位置について）でピストルを肩口に移動し、一方の手でブロックへの移動を促す
 - (4) 「Set : セット」（意味：用意）でピストルを保持した腕を地面と平行に前方に伸ばす
 - (5) 上記の姿勢を保持したままピストルを発射する
- 3 車いすは身体の一部であり、その接地面がスタートラインや左側のラインに触れてはならない。
- 4 車いすが完全に身体から離れ、レーン外に出た場合には他の競技者を妨害しなければ失格としない。

※車いすが競技者から離れ、フィニッシュラインを通過した場合は失格となる。
- 5 車いすおよび電動車いす使用者の順位は、胴体（トルソー）ではなく、先に到達した車輪の車軸がフィニッシュラインに到達したことで決める。
- 6 視覚障害者（以下「視覚」という）部門の障害区分番号 24、25 に属する者の 50mを除く競走競技では次のような範囲で伴走者を認める。ただし、伴走者の反則は競技者の反則とする。
 - (1) 1人とする。ただし、フィニッシュラインの 50m手前までならば1回に限り交代してもよい
 - (2) いかなる場合も、伴走者は競技者を引っ張ったり、押して前進させるといった推進を助けるようなことをしてはならない。

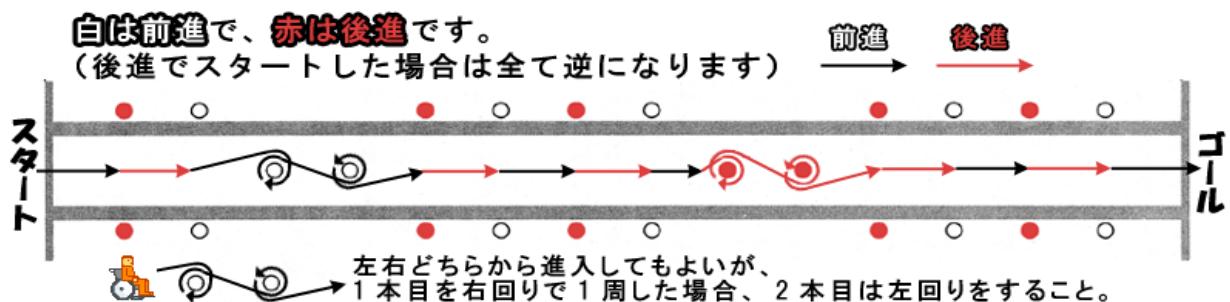
※推進を助けるような行為があった場合、フィニッシュ後に失格となることがある
 - (3) 手をつなぐとか、50cm以内の紐を持つなどによって走路の指示をする。
 - (4) 声をかけて走路の指示をする
※フィニッシュで、競技者の斜め後ろに位置しなかった場合は、写真判定により失格とする
- 7 視覚部門の障害区分番号 24、25 の 50m競走は次のように行う。
 - (1) 8レーン分の幅を使用して行う
 - (2) 1名ずつによるタイムレースとする
 - (3) 音源誘導者がフィニッシュライン後方からの鳴らす音源によって競技者を誘導するものとし、その音源はハンドマイクに収納した音源とする。
 - (4) 安全管理上やむえない場合は、競技役員が声や競技者の身体にふれるなどによって方向を指示した場合でも競技は成立するものとする。同様に危険回避のため、音源誘導者がハンドマイクにより方向を指示した場合も、競技は成立するものとする。
- 8 視覚部門の障害区分番号 24、25 に属する者の競走競技で、セパレート・レーンを使用する場合には、スタートラインを延長して、1人の競技者に1つ外のレーンを含む2レーンを割り当てる（伴走者も2レーン分の中に入ること）。延長するスタートラインは、ラインと同じ幅で同系色

の粘着テープ等を使用する。

- 9 写真判定装置を使用する場合は、競技者は主催者が用意したナンバーカードを指定された場所に
つけなければならない。
- 10 400mまでの競走および4×100mのセパレート・レーンにおいて内側のレーンに入った場合は失
格とする。ただし、直線においては、他の競技者を妨害しない限り失格としない。
- 11 競走競技のスタートにおいて、出発合図後、1分を経過しても走り出さない競技者は失格とする。
- 12 車いすで100m以上の競技種目に出場する競技者は、ヘルメットを着用して競技しなければ
ならない。
- 13 50m競走で使用する車いすは日常生活用とする。
- 14 車いすで800m以上の競走競技に出場する競技者は、競技用車いす（レーサー）を使用しなけれ
ばならない。
- 15 4×100m リレーは男女混合とする。

II スラローム

- 1 スラロームは次のとおりとする。
 - (1) 旗門の幅は1.27m～1.3m、距離は30mとする
 - (2) 旗門の位置は図参照
 - (3) 白色の旗門は前進、赤色の旗門は後進によって通過しなければならない
 - (4) スタートラインより6m地点の旗門と18m地点の旗門の通過方法は次のとおりとする
・1本目の旗門を右回り（左回り）で1周した後、2本目の旗門を左回り（右回り）で1周し
通過すること
 - (5) 旗門を倒した場合、1本につき所要時間に5秒を加算する。ただし、倒した旗門に再び触れ
た場合は違反としない
 - (6) 通過方法を間違えたままフィニッシュした場合は失格とする。ただし、フィニッシュラインに
到達するまでならばやり直すことができる。その場合の反則や所要時間はすべての所要時間に
含まれる
 - (7) スタートとフィニッシュは競走競技と同様に扱う
 - (8) 風力は計測しない
 - (9) 計時は手動とする



III 跳躍競技

- 1 各競技者は3回までの試技が許される。
- 2 立幅跳の踏切は、両足同時に踏み切るものとする。
- 3 踏切線と砂場の距離は次のとおりとし、走幅跳の競技者は申込時にどちらの踏切線を使うかを申

し出なければならない。また、一旦申し出た踏切線を変更することはできない。なお、競技場に設置されていない踏切板の距離については、踏切板と同じ大きさの白色の粘着テープを使用する。

①立幅跳 0.3m

②走幅跳 1m、2m

- 4 視覚部門の走幅跳は、踏切線を示す明確な標識を用意しなければならない。
- 5 障害区分番号 24、25 の者の走幅跳の踏切板は、幅 1.22m 長さ 1 m とし、着地点と踏切地点の延長線との最短距離を計測する。
ただし、踏切板（地域）の手前で踏み切った場合には、着地点と踏切板（地域）の砂場より最も遠い方までの最短距離を計測する。
- 6 障害区分番号 24、25 の者の跳躍競技では、助走方向や踏切地点を知らせるために声や音響による援助は認められる。
- 7 立幅跳の風力は計測しない。

IV 投てき競技

- 1 各競技者は、3 回までの試技が許される。
- 2 ビーンバッグ投は、原則として円盤投のサークルを使用し、有効試技は 90 度の角度をなすラインの内側に落下したものとする。
- 3 ビーンバッグ投は、ビーンバッグを足にのせてけり出すことなども含めて投げ方は自由である。また、計測は最初に落下した地点までを 1 cm 単位で計測する。
- 4 車いすおよび電動車いす使用者の投てきは次のように行わなければならない。
 - a 助走することなく、車いす等を固定し、臀部がシートに着いた姿勢から投げ始めなければならない
 - b 試技が完全に終了するまで、臀部がシートから離れてはならない
- 5 ソフトボール投は、やり投の規則に準じて行うが、投げ方は自由である。
- 6 ソフトボール投に使用するボールは、日本ソフトボール協会公認の協会 3 号ボール（ゴム球）とする。
- 7 ジャベリックスローで使用する用具は、男女ともターボジャブ 300g とする。
- 8 ジャベリックスローはやり投の規則に準じ、握りの部分を握り、肩または投げる方の腕の上で投げ、振り回したりしてはならない。
- 9 障害区分番号 24、25 の者の投てき競技では、投てき方向を知らせるために試技に入る前に限り声や音による援助は認められる。

V 本大会申し合わせ事項

投てき競技における試技は、各種目とも 3 投連続とする。