

# 2019 (第23回) 北海道マスタース記録会実施要項

1. 主催 北海道マスタース陸上競技連盟
2. 主管 道北陸上競技協会
3. 後援 (財)北海道陸上競技協会
4. 期日 2019年5月25日(土) 開会式8:20 競技開始9:00
5. 会場 旭川市花咲スポーツ公園陸上競技場 (全天候)
6. 参加資格 2019年度北海道マスタース陸上競技連盟及び全日本マスタース陸上競技連合登録者
7. 競技クラス 2019年5月25日を基準とした満年齢による申し込み。  
出場年齢は、18歳以上で(学連登録者を除く)  
区分は、男女24歳以下クラス、男女25歳以上は、5歳刻み区分

8. 競技種目	男子	60m・100m・200m・400m・800m・1500m・3000m・5000m
		80mH(70歳以上)・100mH(50～69歳)・110mH(49歳以下)
	女子	走高跳・棒高跳・走幅跳・三段跳
		砲丸投・円盤投・ハンマー投・やり投・重量投・投てき五種
9. 競技規則	男子	60m・100m・200m・400m・800m・1500m・3000m・5000m
		80mH(40歳以上)・100mH(39歳以下)
	女子	走高跳・棒高跳・走幅跳・三段跳
		砲丸投・円盤投・ハンマー投・やり投・重量投・投てき五種

9. 競技規則 2019年度日本陸上競技連盟規則及び日本マスタース陸上競技連合競技規則を準用する。  
走高跳・棒高跳の高さは、跳躍審判員の判断により、各年齢とも、最初の高さを決める。バーの上げ方は、走高跳5cm・棒高跳10cmとする。三段跳の踏切板から砂場までの距離は、M40～50は9m、M55以上は、7mとする。
10. 出場制限 1人の出場種目は、3種目以内とする。
11. 参加料 2種目まで2,000円、3種目3,000円、投てき五種4,000円  
(いかなる場合でも、出場申込み後の参加料は返金しません。)
12. 申込方法 郵便振込取扱票にて必要事項を記入し、申込み下さい。  
振込先口座 口座番号02830-1-6891 加入者名 小谷美秋  
(申し込み後の、種目変更、追加は、一切認めません)
13. 申込締切 2019年4月25日(木) 期日厳守下さい。
14. 問合せ先 〒076-0056 富良野市瑞穂町1番38号 小谷美秋 Tel.0167-23-1954
15. その他 1) 本記録会における一切の事故については、主催者側では責任を負わないので、各自で健康診断等を事前に受けること。また、傷害保険等加入のこと。

2) 北海道以外の他県から参加の選手は、カードNO(ゼッケン)を持参の事。  
(カードNO(ゼッケン)持参されない場合は、1,000円を徴収致します)

※ 各大会の競技運営を円滑に進めるため長距離種目に制限時間を設けます。

## 制限時間を適用する場合

最後まで歩かずに完走する事。歩いた場合は、制限時間を適用し制限時間を過ぎた場合は、新しい周回に入れませんので、ご了解の上申込下さい。

制限時間適用～ 3000m20分・5000m30分

郵便振込取扱票通信欄に下記事項をご記入ください

登録番号	会員番号	01-	(生年月日)西暦	年	5月26日現在
(他県参加者ゼッケン番号)			T.S	年	月 日 才
大会名					
参加種目	①	②	③	クラス	M・W 才
参加料	円				
氏名					

投てき競技用具最小重量基準

性別	競技クラス	砲丸	円盤	ハンマー	やり	重量投
男子	35～45	7k260以上	2k000以上	7k260以上	最小800g	15.88Kg
	50. 55	6k000以上	1k500以上	6k000以上	最小700g	11.34Kg
	60. 65	5k000以上	1k000以上	5k000以上	最小600g	9.08Kg
	70. 75	4k000以上	1k000以上	4k000以上	最小500g	7.26Kg
	80以上	4k000以上	1k000以上	4k000以上	最小400g	5.45Kg
女子	30～45	4k000以上	1k000以上	4k000以上	最小600g	9.08Kg
	50. 55	3k000以上	1k000以上	3k000以上	最小500g	7.26Kg
	60以上	3k000以上	1k000以上	3k000以上	最小400g	5.45Kg

ハードル競技の種目別基準

性別	競技クラス	種目	高さ	間隔	第1ハードルまで	ゴールまで	台数
男子	35～45	110mH	0.991	9.14	13.72	14.02	10
	50. 55	100mH	0.914	8.50	13.00	10.50	10
	60. 65	100mH	0.840	8.00	16.00	12.00	10
	70. 75	80mH	0.762	7.00	12.00	19.00	8
	80以上	80mH	0.686	7.00	12.00	19.00	8
女子	30. 35	100mH	0.840	8.50	13.00	10.50	10
	40. 45	80mH	0.762	8.00	12.00	12.00	8
	50. 55	80mH	0.762	7.00	19.00	19.00	8
	60以上	80mH	0.686	7.00	19.00	19.00	8