

■ 1 スタート時の不適切行為への対応

競技者が下記の行為(不適切行為)をしたと判断したら、スターターはスタートを中止しなくてはならない

- (a) 合図の後で正当な理由もなく手を挙げたり、クラウチングの姿勢から立ち上がった
- (b) 合図に従わない、遅れることなく速やかに最終の「用意」の位置につかない
- (c) 合図の後、音声や動作その他の方法で、他の競技者を妨害した

※(c)の動作には「ピクつき」も含み、イエローカードの対象とする

✓ ルールの原則

- 審判長は不適切行為があったとして、該当競技者に警告(イエローカード)を与えることができる
- この場合、グリーンカードは出さない
- 同じ競技会の中で、2回警告が与えられた競技者 →
→ 失格 = その競技会から除外 = それ以後のその競技会に出場できない

★この原則を厳格にあてはめると、競技レベルの低い競技者にとっては、2回の「ピクつき」で競技会から除外されてしまう場合がある。

これはあまりにも厳しすぎないか、ということで、この原則を適用しなくてもよいという〔国内〕規定が設けられている。ルールの原則を適用しない場合「不適切行為」に対してどのような対応をするかを競技注意事項に明記しなくてはならない。以下、ルールの原則を適用しない場合の対応例。

EX1：今まで通り、すべて注意(グリーンカード)にとどめる

EX2：イエローカード2回でその種目のみ失格 = 競技会からは除外されない

■ルールの原則を適用しない場合の注意

- 陸連が主催、共催する競技会(日本選手権、インターハイ、全国中学等)では「ルールの原則が厳格に適用される」ということを競技者に知らせる
- 競技開始前に、審判員、競技者に「不適切行為」の対応方法について周知させる
- ルールの原則は適用しない場合でも、不適切行為が繰り返されたり悪質な場合は厳格適用する

■ 2 テイク・オーバー・ゾーンの距離の変更

- 4×100mRはすべてのバトンパスで適用
- 4×200mRの、1走—2走 & 2走—3走

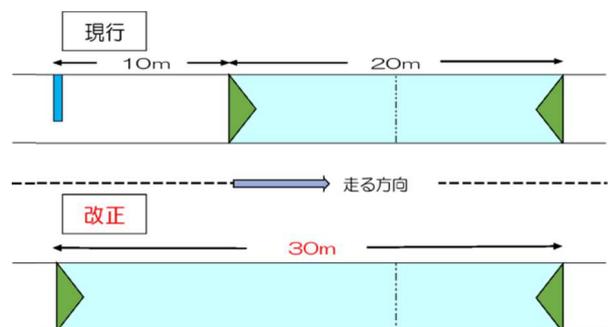
⇒ **セパレートで走る走者の部分の
テイク・オーバー・ゾーンが30mに**

※1600mR及びそれ以上の距離のリレーは変更なし

✓ すべてのバトンパスにおいて

- テイク・オーバー・ゾーンの外側から走り出してはならない →

→ ゾーンの中から走り出さなければならない



■ 3 リレーオーダー用紙提出後のメンバー変更

✓ ルールの確認

- ・リレーのチーム編成は、各ラウンドの第1組目の招集完了時刻の1時間前までに正式に申告する。
- ・一度申告したらその後の変更は、最終招集時刻までに主催者が任命した医務員の判断がない限り認められない。各チームは申告された競技者が、その順番で走らなければならない。

※以上のルールの解釈が、陸協、審判長によって異なっていることがあるので、下記のように整理した。

■ 招集完了時刻前であっても、一度申告した編成の変更

(=オーダー用紙の差し替え) は認められない。

※締め切り2時間前にオーダー用紙を提出 → 1時間後 また締め切りじゃないから変更して再提出しよう・・・これはダメ

■ 医師の判断による変更は出場選手の変更のみ認められ

編成 (=走る順番) の変更は認められない。

※「よかった、ケガによる選手変更が認められた」 → 「選手がかわったからオーダーも変えよう」・・・これはダメ

■ 4 フィールド競技の試技時間 1分 → 30秒

■ 単独種目

残っている競技者数	走高跳	棒高跳	その他
4人以上 ※	30秒	1分	30秒
2~3人	1分30秒	2分	1分
1人	3分	5分	-
連続試技 ※※	2分	3分	2分

※4人以上、または各競技者の最初の試技

※※走高跳・棒高跳では、残っている競技者が2人以上で、同一の高さの時のみ適用する。

■ 混成競技

残っている競技者数	走高跳	棒高跳	その他
4人以上 ※	30秒	1分	30秒
2~3人	1分30秒	2分	1分
一人または連続試技 ※※	2分	3分	2分

※4人以上、または各競技者の最初の試技

※※残っている競技者数に関係なく適用し、走高跳・棒高跳では高さが変わった場合にも適用する。

■ 5 フィールド競技の試技時間 試技時間の延長

- ・条件：走高跳と棒高跳で、優勝が決まり競技者が一人になったとき

世界記録（日本記録）やその他大会記録等に挑戦する場合

定められた制限時間より、1分延長しなければならない

注：別の競技会の「標準記録」への挑戦は、対象外

■ 6 走高跳、垂直面の無効試技の判定

- ・現行ルール：バーを越える前に、身体のいかなる部分でもバーの助走路側の垂直面、またはそれを延長した面から先の地面あるいは着地場所に触れたとき。・・・

- ・改正ルール：バーを越える前に、バーの助走路側の垂直面より着地場所側の、またはその垂直面を支柱から左右に延長した着地場所側の、地面あるいは着地場所に身体のいかなる部分でも触れたとき。・・・

⇒ 空中で体の一部（腕など）が垂直面よりも着地場所側にでても、地面やマットに触れなければ無効試技ではない。

■ 7 走幅跳の無効試技の判定

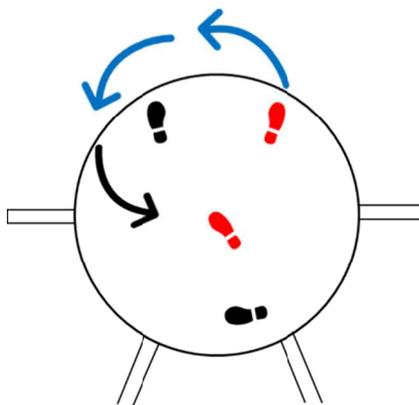
- 次の場合は無効試技とする

現行ルール：競技者が跳躍しないで走り抜けたり、跳躍の際に身体のどこかが踏切線の先の地面（粘土板を含む）に触れたりした時

- **改正ルール**：競技者が踏切を行う際、跳躍しないで走り抜ける中で、あるいは跳躍の動きの中で、身体のどこかが踏切線の先の地面（粘土板を含む）に触れたとき

- ※ 足が合わず走り抜けた場合でも、踏切線を越えて最初に着地した場所が着地場所（砂場）であれば有効試技
- ※ 踏切線と着地場所（砂場）の間の地面に触れたら無効試技

■ 8 投てき中の動作と投てき動作中断時の対応



例えば、図の円盤投げの投てき動作の中の、上二つの矢印（青）の部分で、

回転動作を行う際に・・・・・・サークルの外側の地面に足が触れても、推進力を得ることがなければ（外に出た足が地面に触れる程度であれば）無効試技としない。

◆ 投擲動作中断時の対応

各投てき競技の規則に反しない限り、・・・・用具を下に置いてもよいし、外に出してもよい。競技者がサークルや助走路から出てもよい。ただし、この動作は制限時間に含まれる。

- これ以外にもルールの変更・修正はあります。もっと詳しく確認したい方は、以下の手順でHPにアクセスしてください。2018年度ルール改正の関連する情報が入手できます。

◆ 日本陸上競技連盟競技運営委員会 → 2018年度全国競技運営責任者会議資料 New

- ※ 日本陸連HPトップからだと見つけにくいので、上記の競技運営委員会で検索してください。