【愛知県小学生友の会ルール（競技規則）について】

2025年2月改訂

友の会競技規則は、日本陸上競技連盟競技規則に準ずるが、小学生であることを考慮して
「友の会ルール」を適応する(愛知陸協及び県内地区陸協の大会で使用するルールである)

「友の会ルール」

＜アスリートビブス＞

①トラック競技・フィールド競技の全種目、胸と背に確実につける

＜競技用靴＞

①競技に関しては、シューズおよびオールウェザー用のスパイク(ピンは競技場指定)を使用すること
裸足での競技は禁止する

②靴底の厚さについては、「競技用靴に関する規定」を適用しない

＜スタート＞

①スタートの合図はイングリッシュコールで行う（「オンユアマークス」「セット」）

②スタートの方法はクラウチングスタートとする（スターティングブロックは使用しなくてもよい）
但し、３年生以下の５０ｍは、スタンディングスタートとする

③不正出発は同じ競技者が２回不正スタートをした場合、その競技者は失格となる
但し、失格者はオープン参加で走ることができる(大会により定めること)

＜８０ｍハードル＞

①ハードルの高さ　５・６年生＝７０㎝　４年生＝６０㎝

②ハードルの台数　９台

③ハードルの距離　スタートラインから第１ハードルまで１３ｍ、ハードル間７ｍ
最終ハードルからフィニッシュラインまで１１ｍ

＜混合リレー＞

①男女各３名以内で編成し、オーダーは男女各２名ずつとし、走順はフリーとする

②６年生リレーは６・５年生、５年生リレーは５・４年生、４年生リレーは４・３年生で編成する
３年生以下のリレー競技は行わない(２年生以下はリレー競技には参加できない)

＜走高跳＞

①はさみ跳びとする

②脚が最初にバーを越え、マットへの着地は足裏からとする

③試技は３回続けて失敗した時点で終了(コンバインドＡ・走高跳は２回続けて失敗した時点で失格)

④大会により、ジャンプオフ(第１位決定戦)を行うことは可能とする

＜走幅跳＞

①試技は３回以内とする(コンバインドＢ・走幅跳の試技は２回)

②６・５年生は大会によりベスト８を行うことは可能とする

＜ジャベリックボール投＞

①助走距離は１５ｍ以内とする

②試技は３回以内とする(コンバインドＢ・ジャベリックボール投の試技は２回)

③競技場に準備してある炭酸マグネシウムをボール先端に付け、手のひらで包むように握り、オーバーハンドスローで投げる

④羽だけを持って投げることは禁止する

⑤回転投げは禁止する

⑥やり投競技に準ずるが、距離の測定は器具が地面に触れた時点から計測する(複数面が同時に着地した場合は最短距離を測定)

⑦器具は、ジャベボール(ＮＴ５２０１＝ニシスポーツ)を使用する

＜コンバインドＡ・Ｂ＞

①コンバインドＡ＝８０ｍＨ＋走高跳、コンバインドＢ＝走幅跳＋ジャベリックボール投げ

②競技順序は定めない

③各種目の得点は、『JAAF 小学生混成競技得点表』を使用する(男女とも同一の得点表)
(『JAAF 小学生混成競技得点表』は日本陸上競技連盟ホームページにて公開)

④合計得点が同点の場合は同順位とする

⑤８０ｍＨと走幅跳における風速は得点・順位に影響しない

⑥スタートまたは試技を行い、途中棄権（DNF）、記録無し（NM）、失格（DG）および参考記録(８０ｍＨにおいて不正スタートとなりオープン参加時の記録）の場合、得点は ０点とする

⑦１種目目に出場し、途中棄権（DNF）、記録無し（NM）、失格（DG）、参考記録の場合、２種目目の出場は可能とする

⑧１種目目で欠場した（スタートまたは試技を行わない）競技者は、２種目目には出場できない

⑨１種目目または ２種目目のいずれか、または両方において、途中棄権（DNF）、記録無し（NM）失格（DG）、参考記録の場合、２種目の合計得点は、コンバインド得点として認められる

⑩走幅跳・ジャベリックボール投げの試技は２回、走高跳は２回続けて失敗した時点で終了する

⑪各種目の競技ルールは、友の会ルールに準ずる