

日本陸上競技連盟規則 TR 5. 服装、競技用靴、アスリートビブス

■服 装

5.1

競技者は清潔で、不快に思われないようにデザインされ仕立てられた服装を着用しなければならない。

その布地は濡れても透き通らないものでなければならない。

また、審判員の判定を妨げるような服装を着用してはならない。

〔国内〕

全国的な競技会でのリレー競走においては、チームの出場者は同一のユニフォームを着用する。

〔国際〕

ワールドランキングコンペティション定義 1. (a)、(b)、(c) と 2. (a)、(b)、(c) に該当する競技会、およびワールドランキング コンペティション定義 1. (e) と 2. (e) に該当する競技会で加盟団体を代表する場合は、競技者はその加盟団体によって定められたユニフォームを着て参加しなければならない。

この規定は、表彰式および競技場内ビクトリーランの際にも適用する。

〔注意〕

本条は独特のヘアスタイルで参加している競技者を含め、「審判員の視界を妨げる懸念がある」との観点から広く解釈されるべきである。

■競 技 用 靴

5.2

競技者が競技する時は、裸足でも競技用靴を履いてもよい。

競技者はカウンシルによって承認された競技用靴に関する全ての規則を遵守しなければならない。

※競技用靴に関する規程 (the Athletic Shoe Regulations) も参照のこと。

〔競技用靴に関する規程 主要項目抜粋〕

- ・ 靴底（踵の下の靴底を含む）は、11 本以内のスパイクを取り付けられる構造とする。
- ・ 11 個までの任意の数のスパイクを使用することができるが、スパイク取付け位置は 11 か所を超えてはならない。
- ・ スパイクの長さは、9 mm（屋内は 6 mm）を超えてはならない。また走高跳およびやり投の場合は、12 mmを超えてはならない。スパイクは先端近くで、少なくとも長さの半分は 4 mm四方の定規に適合するように作られていなければならない。トラック製造業者もしくは競技場管理者がより小さい寸法の上限を設けている場合や、特定の形状のスパイクの使用を認めていない場合は、これを適用する。
- ・ 医療および安全上の理由から、競技用靴（市販されているものに限る）へのインナーソールの追加、その他の物の挿入および追加は以下の条件でのみ認められる。
 - a. 中敷（インナーソール）の追加または挿入物は、取り外し可能な装具であること（靴の内側に恒久的に固定することはできない）。
 - b. 追加物は、ヒールレイズまたはヒールキャップ（例：跳躍競技用靴）、ブレースまたはストラップ（例：投てき競技用靴）とする。
- ・ 靴底の最大の厚さ（購入時から装着されているオリジナルのインナーソールを含む）は、2024 年 10 月 31 日までは以下の通りとする。

①フィールド種目（除：三段跳）

靴底の最大の厚さ：20 mm

全投てき種目と高さを競う跳躍種目および三段跳を除く、長さを競う跳躍種目に適用。

全フィールド種目で、靴の前の部分の中心点の靴底の厚さは、踵の中心点の靴底の厚さを超えてはならない。

②三段跳

靴底の最大の厚さ：25 mm

靴の前の部分の中心点の靴底の厚さは、踵の中心点の靴底の厚さを超えてはならない。

③トラック種目（800m未満の種目、ハードル種目を含む）

靴底の最大の厚さ：20 mm

リレーにおいては、各走者が走る距離に応じて適用する。

④トラック種目（800m以上の種目、障害物競走を含む）

靴底の最大の厚さ：25 mm

リレーにおいては、各走者が走る距離に応じて適用する。

競技場内で行う競歩競技の靴底の最大の厚さは、道路競技と同じとする。

⑤クロスカントリー

靴底の最大の厚さ：25 mmスパイクシューズまたは40 mmノン・スパイクシューズ

競技者はスパイクシューズまたはノン・スパイクシューズ（ロードシューズなど）を履くことができる。

スパイクシューズを履く場合、靴底の最大の厚さは25mmを超えてはならない。

ノン・スパイクシューズを履く場合、靴底の最大の厚さは40mmを超えてはならない。

⑥道路競技（競走、競歩）

靴底の最大の厚さ：40 mm

⑦マウンテンレースとトレイルレース

靴底の最大の厚さ：制限なし

・靴底の最大の厚さ（購入時から装着されているオリジナルのインナーソールを含む）は、2024年11月1日からは以下の通りとする。

①トラック種目・ハードル種目・障害物競走

靴底の最大の厚さ：20 mmスパイクシューズまたはノン・スパイクシューズ

リレーにおいては、各走者が走る距離に応じて適用する。

競技場内で行う競歩競技の靴底の厚さは、道路競技と同じとする。

②フィールド種目

靴底の最大の厚さ：20 mmスパイクシューズまたはノン・スパイクシューズ

全跳躍種目で、本規程 10.3 および 10.4 に記載のとおり、靴の前の部分の中心点の靴底の厚さは、踵の中心点の靴底の厚さを超えてはならない（前足の中心は、靴の内部の長さの75%にある靴の中心点。踵の中心は、靴の内部の長さの12%にある靴の中心点）。

③道路競技（競走・競歩）

靴底の最大の厚さ：40 mm

リレーにおいては、各走者が走る距離に応じて適用する。

④クロスカントリー

靴底の最大の厚さ：20 mmスパイクシューズまたは40 mmノン・スパイクシューズ

競技者はスパイクシューズまたはノン・スパイクシューズ（ロードシューズなど）を履くことができる。

スパイクシューズを履く場合、靴底の最大の厚さは20 mmを超えてはならない。

ノン・スパイクシューズを履く場合、靴底の最大の厚さは 40 mmを超えてはならない。

⑤マウンテンレースとトレイルレース

靴底の最大の厚さ：制限なし

重要告知：本規程 5.3 に従い、2024 年 11 月 1 日以降、靴底厚が上記に記載されている最大の厚さを超える既存靴は承認されなくなり、対象競技会では着用できなくなる。

■アスリートビブス（ビブス）

5.7

競技者は競技中、胸と背にはっきり見えるように 2 枚のアスリートビブス（ビブス）をつけなければならない。跳躍競技の競技者は、胸または背にのみにつけるだけでもよい。

アスリートビブス（ビブス）は、通常はプログラムに記載のものと同じ番号でなければならない。

競技の際にトレーニングシャツを着る時は、同じ方法でその上につけなければならない。

アスリートビブス（ビブス）の一部または全部に、数字の代わりに競技者の名前またはその他の適切な識別記号を記載することが認められる。

番号を記載する場合は、スタートリストもしくはプログラム上で各競技者に割り振られた番号を記載する。

5.8

いかなる競技会であろうと、競技者が自分のアスリートビブス（ビブス）やその他の標識を着用せずに参加することは一切認められない。

5.9

アスリートビブス（ビブス）は配布された形で着用しなければならず、切ったり折り畳んだり、あるいはいかなる方法でも見えなくしてはならない。

10,000m以上の競走・競歩競技においては、風通しをよくするためにアスリートビブス（ビブス）に穴をあけてもよいが、文字や数字の部分に穴があってはならない。

5.10

写真判定装置を使用する競技会においては、主催者は競技者のショーツまたは下半身の横に粘着性の腰ナンバー標識をつけさせることができる。

〔国内〕

i アスリートビブス（ビブス）は、各人に 4 枚を交付することが望ましい。

ii アスリートビブス（ビブス）の大きさは、横 24 cm以内×縦 16 cm以内とする。

個人を識別する文字や数字等の大きさは、「競技会における広告および展示物に関する規程」参照。

腰ナンバー標識は 12cm×18cm を標準とする。

5.11

競技者が本条の各規定に従わず、

5.11.1 審判長が従うよう命じてもその命令を拒否した場合 または

5.11.2 そのまま競技に参加した場合

当該競技者は失格とする。