

## 第41回 北海道マスタース陸上競技選手権大会要項

1. 主催 北海道マスタース陸上競技連盟
2. 主管 道央陸上競技協会 千歳陸上競技協会
3. 後援 一般財団法人 北海道陸上競技協会  
千歳市・千歳市教育委員会・公益財団法人 千歳市スポーツ協会
4. 日時 令和8年8月9日(日曜日) 開始式 8:30 競技開始 9:00
5. 会場 青葉公園陸上競技場 第三種公認 全天候 400m
6. 参加資格 2026年度(令和8年度)(公社)日本マスタース陸上競技連合及び(公財)日本陸上競技連盟に登録する18歳以上の者(学連登録者を除く)
7. 参加区分 大会日を基準とした満年齢によるクラスで、男女18歳以上24歳以下クラス、以降は男子25歳以上・女子25歳以上を5歳刻みのクラス分けとする。

### 8. 実施種目

男子	トラック	60m・100m・200m・400m・800m・1500m・5000m・3000mW 80mH(70歳以上)・100mH(50歳以上)・110mH(50歳未満)
	フィールド	走高跳・走幅跳・三段跳・砲丸投・円盤投・ハンマー投・槍投
女子	トラック	60m・100m・200m・400m・800m・1500m・5000m・3000mW 80mH(40歳以上)・100mH(40歳未満)
	フィールド	走高跳・走幅跳・三段跳・砲丸投・円盤投・ハンマー投・槍投

9. 競技方法
  - 1) 2026年度(公財)日本陸上競技連盟競技規則、(公社)日本マスタース陸上競技連合規則及び本大会規則により実施する。
  - 2) トラック競技はタイムレースとし、同タイムの場合は出生順とする。
  - 3) 競技は参加人数により他年代と同時に実施することがある。
  - 4) 走高跳のバーの高さは跳躍審判員の判断により決定し、3~5cmで上げる。
  - 5) 三段跳びの踏切板は砂場から11m、9m、7m、5mとし、審判に申告すること。
  - 6) 投擲競技種目については3投後、決勝試技は1投とする。
  - 7) TR5.2に違反するシューズでの出場は認めない。
10. 表彰 1位~3位に賞状とメダル、4位~6位に賞状を授与する。
11. 参加料 1種目4,000円、2種目5,000円
12. 参加制限 一人2種目以内とする。

13. 申込方法 郵便振込用紙にて参加申込

○申込必要事項

登録番号（例：01-0000）・氏名・フリガナ・氏名ローマ字表記

生年月日（西暦）・大会日当日の満年齢・クラス（例：MOO）

大会名（必ず記入のこと）・参加種目・参加料

※他都府県登録者は登録番号（県番号—会員番号）・陸連ID番号必須

振込先口座 口座番号 02740-5-40779 口座名 小川 忠治

※ 受付票は送付しませんので、振込先を確認の上振込してください。

14. 申込締切 令和8年6月28日（土曜日） 期日厳守

15. 問合せ先 佐藤 吉治 TEL 090-7649-6768

16. 宿泊案内 宿泊については、各個人にて手配下さい。

17. その他
- 1) 本大会は道央陸上競技協会が主催する記録会と同時進行とします。
  - 2) WBGT 31度以上の場合は競技の中止・中断の措置をとる場合がある。
  - 3) 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受けスポーツ傷害保険等に加入してください。
  - 4) 選手の受け付けは、大会本部左のマスターズテントにて10時までに行ってください。
  - 5) 大会タイムテーブルは道央陸協のホームページから参照願います。

投擲種目における用具の使用基準

性	競技クラス	砲丸・ハンマー	円盤	槍	重量
男子	M24—・M25・M30・M35・M40・M45	7.26Kg	2.00Kg	800g	15.88Kg
	M50・M55	6.00Kg	1.50Kg	700g	11.34Kg
	M60・M65	5.00Kg	1.00Kg	600g	9.08Kg
	M70・M75	4.00Kg	1.00Kg	500g	7.26Kg
	M80+	3.00Kg	1.00Kg	400g	5.45Kg
女子	W24—・W25・W30・W35・W40・W45	4.00Kg	1.00Kg	600g	9.08Kg
	W50・W55	3.00Kg	1.00Kg	500g	7.26Kg
	W60・W65・W70	3.00Kg	1.00Kg	500g	5.45Kg
	W75・W80+	2.00Kg	0.75Kg	400g	4.00Kg

投擲競技出場者で個人用具の所有者は用具の持参をお願いします。

ハードル競技の種目別基準

性別	種別	クラス	種目	高さ	台数	第1まで	間隔	ゴール側	備考
男子	スプリント	M24-~M30	110mH	1.067m	10台	13.72m	9.14m	14.02m	
		M35~M45	110mH	0.991m	10台	13.72m	9.14m	14.02m	
		M50~M55	100mH	0.914m	10台	13.00m	8.50m	10.50m	
		M60~M65	100mH	0.840m	10台	16.00m	8.00m	12.00m	
		M70~M75	80mH	0.762m	8台	12.00m	7.00m	19.00m	
		M80+	80mH	0.686m	8台	12.00m	7.00m	19.00m	0.7m使用
	ミドル	M24-~M45	400mH	0.914m	10台	45m	35m	40m	
		M50~M55	400mH	0.840m	10台	45m	35m	40m	
		M60~M65	300mH	0.762m	7台	50m	35m	40m	
		M70~M75	300mH	0.686m	7台	50m	35m	40m	0.7m使用
M80+		200mH	0.686m	5台	20m	35m	40m	0.7m使用	
女子	スプリント	W24-~W35	100mH	0.840m	10台	13.00m	8.50m	10.50m	
		W40~W45	80mH	0.762m	8台	12.00m	8.00m	12.00m	
		W50~W55	80mH	0.762m	8台	12.00m	7.00m	19.00m	
		W60~W75	80mH	0.686m	8台	12.00m	7.00m	19.00m	0.7m使用
	ミドル	W24-~W45	400mH	0.762m	10台	45m	35m	40m	
		W50~W55	300mH	0.762m	7台	50m	35m	40m	
		W60~W65	300mH	0.686m	7台	50m	35m	40m	0.7m使用
		W70~W75	200mH	0.686m	5台	20m	35m	40m	0.7m使用

以上