

**第 16 回三重マスターズ陸上競技選手権大会要項
兼第 10 回東海マスターズ陸上競技選手権大会要項
兼第 24 回全国スポーツレクリエーション祭マスターズ陸上競技大会選手選考競技会
兼第 24 回ねんりんピック大会選手選考競技会**

1. 主催 三重マスターズ陸上競技連盟 三重陸上競技協会
2. 主管 三重陸上競技協会
3. 後援 中日新聞社 株式会社ぎゅーとら
4. 期日 平成 23 年 5 月 15 日(日) 雨天決行 競技開始 9 時 30 分
5. 場所 三重県営総合陸上競技場 (伊勢市宇治館町 510 番地 TEL0596-22-0188)
6. 競技 平成 23 年 5 月 15 日を基準とした満年齢による年齢区分(5 歳刻み)

クラス	男子	SM30 (30 ~ 34)	M35 (35 ~ 39)	M40 (40 ~ 44)	M45 (45 ~ 49)
		M50 (50 ~ 54)	M55 (55 ~ 59)	M60 (60 ~ 64)	M65 (65 ~ 69)
		M70 (70 ~ 74)	M75 (75 ~ 79)	M80 (80 ~ 84)	M85+ (85 以上)
	女子	SW25 (25 ~ 29)	W30 (30 ~ 34)	W35 (35 ~ 39)	W40 (40 ~ 44)
		W45 (45 ~ 49)	W50 (50 ~ 54)	W55 (55 ~ 59)	W60 (60 ~ 64)
		W65 (65 ~ 69)	W70 (70 ~ 74)	W75 (75 ~ 79)	W80+ (80 以上)
7. 種目 <男子> 60m 100m 200m 400m 800m 1500m 3000m (M60 以上)

5000m (M55 以下) 80mH (M70 ~ M80) 100mH (M50 ~ M65)

110mH (M45 以下) 3000mW 走高跳 棒高跳 走幅跳 三段跳

砲丸投 円盤投 やり投 ハンマー投

<女子> 60m 100m 200m 400m 800m 1500m 3000m (W50 以上)

5000M (W45 以下) 80mH (W40 ~ W70) 100mH (W35 以下)

3000mW 走高跳 棒高跳 走幅跳 三段跳 砲丸投 円盤投 やり投

ハンマー投
8. 参加資格 (1) 三重マスターズ陸上競技連盟の登録会員であること
(2) 県外の方は日本マスターズ陸上競技連合登録者に限り、会員証(写し)を添えて申し込むことができる。
9. 競技方法 各種目別、年齢区分別に実施する。ただし、参加人数の状況によっては他の年齢区分のものと混合で競技を行う場合がある。

10. 出場制限 一人3種目以内とする。

11. 参加料 1種目 3,000円 2種目 3,500円 3種目 4,000円

一旦納入した参加料は返金いたしません。

振込先 百五銀行平田町駅前支店 普通預金 口座番号 719422

口座名 三重マスタース陸上競技連盟 理事 川浦日出美

***名前の後ろに大会名を記入、別の大会とまとめて納入しないこと。**

(例：トクジカズコ ケンセン)

12. 申込方法 (1) 所定の申込書に必要事項を記入し、申込書と参加料の振り込みを証明するものを同封して郵送すること。(領収書・コピー)

(2) 申込書の登録番号欄へは三重マスタース登録者は空欄。個人、チーム等三重マスタース登録以外での三重陸協登録は平成23年度登録番号を記入のこと。県外参加者は日本マスタース登録番号を記入すること。

(3) 申し込み先 〒510-0232 鈴鹿市北江島町 25-12

三重マスタース陸上競技連盟 理事 川浦日出美 宛

(4) 申込期限 平成23年3月1日(日)~4月1日(金) **期限厳守**

〆切後の申込・変更等は受付しません

13. 競技規則

(1) 2011年度日本陸上競技連盟及び日本マスタース陸上競技連合競技規則を準用する。

なお、ハードル競技の種目別基準及び投擲競技における用具の基準は、全日本マスタース陸上競技選手権大会の規則を準用する。

クラス	種目	高さ	間隔	1台目まで	ゴールまで	台数
SM30 M35 M40 M45	110mH	99.1cm	9.14m	13.72m	14.02m	10
M50 M55	100mH	91.4cm	8.50m	13.00m	10.50m	10
M60 M65	100mH	84.0cm	8.00m	16.00m	12.00m	10
M70 M75	80mH	76.2cm	7.00m	12.00m	19.00m	8
M80-	80mH	68.6cm	7.00m	12.00m	19.00m	8
SW25 W30 W35	100mH	84.0cm	8.50m	13.00m	10.50m	10
W40 W45	80mH	76.2cm	8.00m	12.00m	19.00m	8
W50 W55	80mH	76.2cm	7.00m	12.00m	19.00m	8
W60-	80mH	68.6cm	7.00m	12.00m	19.00m	8

	クラス	砲丸・ハンマー	円盤	やり
男	SM30 M35 M40 M45	7.26 kg 以上	2.00kg 以上	最小 800 g 以上
	M50 M55	6.00 kg 以上	1.50kg 以上	最小 700 g 以上
	M60 M65	5.00 kg 以上	1.00kg 以上	最小 600 g 以上
	M70 M75	4.00 kg 以上	1.00kg 以上	最小 500 g 以上
	M80 ~	3.00 kg 以上	1.00kg 以上	最小 400 g 以上
女	SW25 W30 W35 W40 W45	4.00 kg 以上	1.00kg 以上	最小 600 g 以上
	W50 W55	3.00 kg 以上	1.00kg 以上	最小 500 g 以上
	W60 ~ W75	3.00 kg 以上	1.00kg 以上	最小 400 g 以上
	W80 ~	3.00 kg 以上	0.75kg 以上	最小 400 g 以上

(2) トラック競技はタイムレースとする。

(3) 走高跳及び棒高跳を除くフィールド競技の試技は4回とする。

(4) 棒高跳用のポール以外の持参の競技用具の使用は認めない。

(5) 競技用のスパイクピンは9mm以下とする。ただし、走高跳、やり投げは12mm以下の物を使用すること。

14. ナンバーカード

(1) 東海マスターズ専用のナンバーカードを大会当日受付にて配布します(競技終了後受付へ返却のこと)

(2) 平成23年度の登録番号を大会当日受付にて配付します。(1年間使用します)

(3) 安全ピンは持参のこと。

15. 表彰

(1) 各クラス種目別に三重県選手で1~3位に入賞した者に賞状を授与する。

(後日)

(2) 東海マスターズ1~3位入賞者には賞状を授与する。

入賞した方は必ず受付にて賞状を受け取ること、特に表彰式はありません

16. 注意事項

(1) 事前に健康診断を受けて、自己の健康に十分留意した上で大会に出場すること。

(2) 競技中に発生した疾病・事故については、応急処置はするが、以後の責任は一切負わないので、その点十分承知の上大会に参加すること。

万が一に備えて保険証持参が望ましい

(3) 受付は10:00までに必ず済ませること

17. 会場案内 近鉄宇治山田駅前から宇治浦田町行き、御座行き、宿浦行きの三重交通バスに乗車（約 15 分） 浦田町バス停下車（徒歩 5 分）。近鉄五十鈴川駅下車徒歩 20 分。

18. 問い合わせ先 〒510-0232 鈴鹿市北江島町 25-12 三重マスタース陸上競技連盟

理事 川浦日出美 宛 059-387-3518 (TEL/FAX)

E-mail mie-m-r@mecha.ne.jp

19. 三重マスタースホームページ <http://miemasters.web.infoseek.co.jp//>

第16回三重マスタース陸上競技選手権大会

参加申込書

該当項目は で囲む。記入する文字は楷書で書く。

フリガナ 氏名		性別 男・女	生年月日（昭和 年） 西暦19 年 月 日 歳			
住所 〒						
自宅電話		携帯電話				
		パソコンメ ールアドレス				
三重陸協 登録番号 (県外者は日本マスタース登録番号)			審判 資格	級		
登録チーム名 (例：三重マスタース、ASSA-TC)						
出場クラス	M W 歳代	種目1	2	3	4	
<p>上記の通り 種目、参加料 円を添えて申し込みます。</p> <p>競技中の傷病及び物損事故は自己の責任とし、主催者には一切責任は負わせません。</p> <p>平成23年 月 日</p> <p>三重マスタース陸上競技連盟理事長 様</p> <p style="text-align: center;">参加者氏名 印</p> <p>振込用紙貼り付け場所</p>						