

# 競技注意事項

1. 競技規則は、2021 年度日本陸上競技連盟競技規則と 2021 北信長距離記録会要項申し合わせ事項によります。
2. スタートについては、競技規則第 162 条 5(C)「スタートにおける警告」に関する 2018 年度改正ルールを適用する。
3. 招集について
  - (1) 競技の招集については、競技場所現地集合です。
  - (2) トラック競技の招集完了時刻は競技開始 15 分前です。
  - (3) 受付の際に通しビブス(ナンバーカード)を配布します。ただし、通しビブス(ナンバーカード)を受け取ることが招集ではないので、招集完了時刻前に競技場所現地に集合してください。
  - (4) 腰ビブス(ナンバーカード)は集合場所にて配布します。
5. 厚底シューズ使用について  
厚底の厚さ (TR5.5 に基づく)

種目	ソールの最大の厚さ	補足
800m 以上のトラック種目	2 5mm	
10. スパイクのピンは、9mm 以下とします。
11. 競技結果は、競技場内に掲示はしませんので別紙掲載の QR コードで速報をご確認ください。
12. すべてのごみは各自持ち帰りください。
13. プログラムの修正、大会中のトラブルなどは、大会 TIC までご連絡ください。