

# 各競技種目要項

## 1 陸上競技

①スタート 午前10時00～

会 場 国立身体障害者リハビリテーションセンター陸上競技場

競技種目 30m(補装具等を使用している者), 50m, 100m, 400mT,  
1500mT, 400mリレーT, 走り幅跳び  
Tはタイムレースの意味です。

種目/スタート時間

トラック種目

フィールド種目

	種 目	スタート時間		種 目	スタート時間
1	30m 走予選	10:00			
2	50m 走予選	10:20		走幅跳	11:20
3	100m走予選	11:00			
4	30m 走決勝	11:20			
5	50m 走決勝	11:30			
6	100m走決勝	11:40			
7	表彰式	12:50			
8	400m 走 T	13:10			
9	1500m 走 T	13:30			
10	400m リレー T	14:00			

( Tはタイムレースの意味です。各レースに関係なくタイムで順位を決めます。)

⑤表 彰

各部 1位に(賞状・記念品) 2～6位 (賞状)  
参加者全員に記録証

## 参加申し込み

所定の用紙に必要事項を記入し、申込期間内に申し込んでください。  
当日の参加申込は受け付けません。  
陸上競技で参加できる種目は、1人2種目までとします。(リレーを除く)  
補装具などを使用する場合は申し込み用紙に記入してください。  
その他、参加に当たり配慮して欲しいことなどありましたら申し込み用紙に記入してください。

## 組み分けについて

障害、年齢、性別等を参考に実行委員会で行います。

## ルール等について

陸上競技規則に準じますが、審判の判断で変更する場合があります。  
走り幅跳びは2回の練習の後、3回計測します。計測は踏み切り地点より着地地点までの最短距離とします。  
競技場では運動用シューズを使用してください。スパイクを使用する場合は、全天候型用の針を使用してください。  
ゼッケンは当日、集合地点で配付します。  
スタート15分前には出発地点に集合してください。

## その他

けが防止のため、各自競技前後の体操をしっかり行ってください。  
参加者は競技役員に従って競技してください。

## 2 5人制サッカー

### 会場と時間について

芝生の特設コートを使用し、競技時間は9:50～15:00。チーム数によって時間の変更があります。

### 参加チーム数と試合形式について

参加チームを数組に分け、午前中にリーグ戦方式で予選を行い、午後に決勝トーナメントを行います。

### 組分け

組分けは実行委員会で行います。

表彰について

優勝、準優勝のチームを表彰します。その他優秀選手賞などもあります。

ルール等について

別紙を参照して下さい。

フレンドリーマッチ

昼の休憩時間に行います。

その他

天候等の都合によるコートで、会場が変更になったり競技が中止となったりする場合があります。

### 3 綱引き

会場と時間について

陸上競技場で実施します。

予選 1組 10:30 ~ 11:00

予選 2組 11:30 ~ 12:00

決勝 14:45

ルールについて

6人で1チームとします。

競技規則は別紙の通りです。

組分け

組み分けは実行委員会で行います。

表彰について

優勝、準優勝、第3位、第4位のチームを表彰します。

オープン参加について

- ・ 事前に申し込みをしてください。ただし、当日の受付もできます。
- ・ 個人での参加もできますが、チーム編成は実行委員会で行います。

## 4 体験の部

### ゲームコーナー

長縄跳びやフライングディスクなど、その場で出来るゲームをいくつか用意します。車椅子などでの参加も歓迎します。

### ビューティーコーナー(お化粧品体験)

陸上競技場に面した特設テントで行います。

プロのビューティーアドバイザーが化粧の方法を実演を兼ねて指導してくれます。

申し込み用紙1の「体験の部のビューティーコーナー」のところに を付けて申し込んでください。

予約制です。希望者多数の場合はできない場合があります。

お化粧品が終わったら記念写真を撮りましょう。