

## [32] マスターズ陸上競技

1 期 日 2026年7月4日(土)  
受 付 8時00分  
開始式 9時30分  
競技開始 10時00分

2 会 場 弘前市 弘前市運動公園陸上競技場

### 3 種別及び参加人員

#### (1) 競技種目

種 別 (男女共通)		選 手	合 計 (人)
トラック競技	60m、100m、200m、400m、800m、1500m、 3000m、5000m、3000mW、 80mH、100mH、110mH、 4×100mR(クラス別)、4×400mR(クラス別)	100	150
フィールド競技	走高跳、走幅跳、三段跳、 立五段跳、砲丸投、円盤投、やり投	50	

※ 表中「H」は「ハードル」、「SC」は「障害」、「W」は「競歩」、「R」は「リレー」の略。

※ 三段跳及び立五段跳については、踏切板から砂場までの距離を13m、11m、9m、7m、5mとする。なお、申込時に踏切板距離を事前に申告すること。また、踏切板の設備がない場合は、白線を引いて踏切板とする。選手は、自分の使用する踏切板を競技開始前にも担当審判員に申告すること。

(2) 年齢区分 大会当日の満年齢で、次の年齢区分とする。

男 子	女 子	満年齢	男 子	女 子	満年齢
M-24	W-24	18歳～24歳	M65	W65	65歳～69歳
M25	W25	25歳～29歳	M70	W70	70歳～74歳
M30	W30	30歳～34歳	M75	W75	75歳～79歳
M35	W35	35歳～39歳	M80	W80	80歳～84歳
M40	W40	40歳～44歳	M85	W85	85歳～89歳
M45	W45	45歳～49歳	M90	W90	90歳～94歳
M50	W50	50歳～54歳	M95	W95	95歳～99歳
M55	W55	55歳～59歳	M100	W100+	100歳～104歳
M60	W60	60歳～64歳			

### 4 競技上の規程及び方法

#### (1) 競技規則

2026年度公益財団法人日本陸上競技連盟規則及び公益社団法人日本マスターズ陸上競技連合規則と本大会競技注意事項による。

## (2) 競技方法及び競技基準

ア 投てき競技の用具は、主催者が準備したものを使用する。

イ 投てき競技の用具基準は、下表による。

	競技クラス	砲丸	円盤	やり
男子	M-24～M45	7.26kg	2.0kg	800g
	M50、M55	6.00kg	1.5kg	700g
	M60、M65	5.00kg	1.0kg	600g
	M70、M75	4.00kg	1.0kg	500g
	M80以上	3.00kg	1.0kg	400g
女子	W-24～W45	4.00kg	1.0kg	600g
	W50～W70	3.00kg	1.0kg	500g
	W75以上	2.00kg	0.75kg	400g

ウ トラック競技は全種目タイムレースとし、フィールド競技における試技は各3回とする。（ただし、走高跳は除く）

エ リレーを除き1人3種目まで出場できる。ただし、リレーのみの出場は認めない。

オ 多種目同時出場については、「多種目同時出場届」を提出することとする。

## 5 選考方法

参加申込みをすれば誰でも出場可能。定員なし。

## 6 参加資格

競技会当日の満年齢で、男女ともに18歳以上（高体連・学連登録者を除く）の健康な県民であれば誰でも参加できる。

## 7 表彰

各クラス、各種目1位から3位までに賞状を授与する。

## 8 参加申込方法

(1) 申込期間は2026年5月1日(金)から2026年5月31日(日)必着とする。

(2) 所定の「参加申込書」に必要事項を記入の上、下記宛てに郵送で提出をし、参加料を振込むことで申込完了となる。

申込先	宛先	提出部数
青森マスターズ陸上競技連盟	〒038-2803 青森県南津軽郡藤崎町西豊田2-1-22 理事長 吉田 朋央 メール total_222_418@icloud.com	1部

(3) 青森マスターズ陸上競技連盟インスタグラム(@aomorimas)のダイレクトメールでも申込受付をする。「参加申込書」の必要事項とメールアドレスを記載の上ダイレクトメールに提出をし、確認メールを受け取った後、1週間以内に振込むことで申込完了となる。なお、1週間以内の振込みが確認できない場合は、参加取消しとするので注意すること。

## 9 参加負担金

1人 2,500円（リレー参加費、保険料含む）

郵便振替の通常払込先 口座番号:02260-3-125867

加入者名:青森マスタース陸上競技連盟

## 10 参加上の注意

- (1) 参加者に対する傷害保険については、青森マスタース陸上競技連盟において加入する。
- (2) 大会中に発生した傷害及び物損事故等に関しては、保険の保障範囲を超えた責任は一切負わないことを承認の上参加すること。
- (3) アスリートビブス、IDカードは事前郵送にて配布する。

## 11 個人情報の取扱いについて

参加申込書（同意書を含む）に記載された個人情報については、以下の青の煌めきあおもり国スポに関する業務に使用する。また、申込時点で本人の同意が得られたこととする。

- (1) 青の煌めきあおもり国スポへの参加意思及び参加人数の確認
- (2) 競技参加資格の確認（住所、年齢、性別、所属、保護者の同意など）
- (3) 参加案内等の送付
- (4) 競技別プログラムの作成
- (5) 賞状等の筆耕
- (6) 競技結果、映像、写真の記録業務への使用及び広報誌、インターネット等への掲載

## 12 その他

雨天決行（台風暴風雨等の時は中止）、中止の際は大会前日 22 時前後に青森マスタース陸上競技連盟インスタグラムにて通知する。

大会当日は、青森陸上競技会ホームページ内の加盟団体「マスタース」のページに掲示する。