

シューズの規定について

現在の陸上競技のルールでは、靴底の厚さに関するルールがあります。中学生の競技会においても、本ルールを適用していくことになります。規定範囲外のシューズについては、一切使用することが認められません。競技会への参加することができません。もし使用した場合、失格となります。一般的に市販されている陸上競技用スパイクについては、規定範囲内となっていますので、使用することができます。

靴底の厚さの規定

800 m未満のトラック競技：20 mm

800 m以上のトラック競技：25 mm

フィールド種目：20 mm

三段跳：25 mm以内

※一般的なランニングシューズ、通学用シューズなどは、多くの種類が20 mm以上となります。使用できませんので、ご注意ください。(20 mm未満の物もあります)

各選手の対応として

- ・トラック種目、走高跳、走幅跳、ジャベリックスローについて、基本的にはスパイクシューズを使用して出場してください。
- ・砲丸投・円盤投については、スローイングシューズ(投てき専用シューズ)を使用してください。準備できない場合、確実に靴底が20 mm未満のシューズを使用してください。
例：20 mm未満のランニングシューズ、体育館シューズ、スニーカー等
スローイングシューズ以外は、靴底の計測を行います。

※