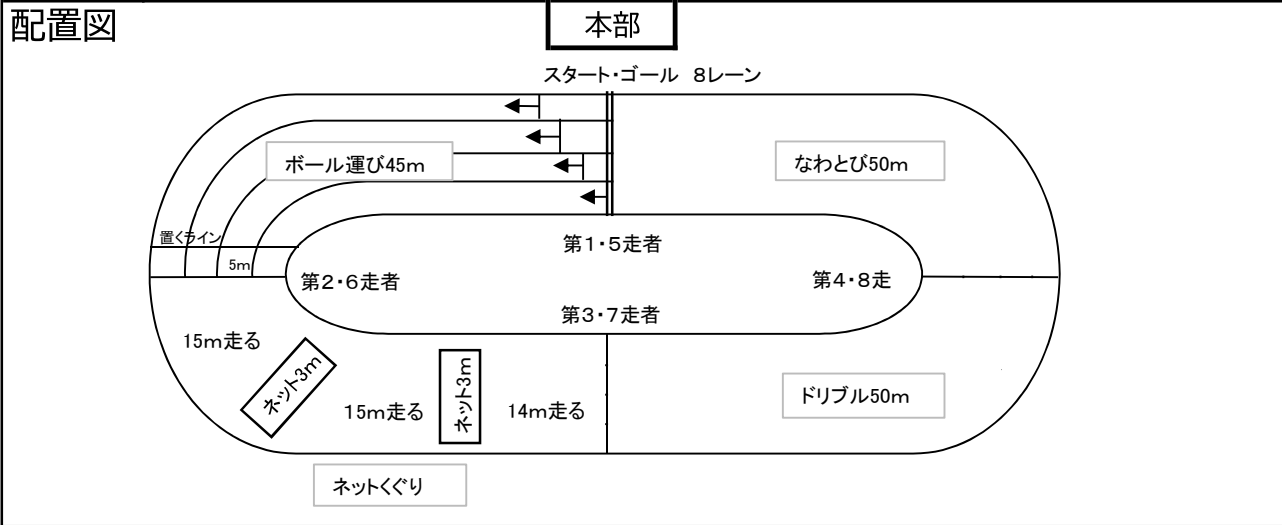


得点種目ルール
種目名 作戦リレー

競技No.5	10:25～	参加人員	184人 1地区8人×23地区
準備用品	ミニテニスラケット・ボール20組、障害物ネット(3m×5m)2つ、ボール10個、なわとび10本、タスキバトン10本、アンカータスキ10本(すべて予備含)		



- 説明

① 第1・第5走者

ボール運び

第2・第6走者

ネットくぐり

第3・第7走者

ドリブル

第4・第8走者

なわとび

② 参加出場選手は、男女各4人の計8人とする。すべての種目は各50mとし年齢・男女不問とする。ただし、男性に代わり女性が出場することは可とする。競技ごとに性別の偏りがあってもよい。※タスキは手に持ったまま走ってはいけない。

③ バトンをリレーする。

④ 第1走者はセパレートコースとし、第2走者以降はオープンコースとする。

⑤ リレーゾーンは設けない。各走者とも線上で前の走者を待ち、線上でタスキをもらう。

◎ ボール運び

ー 軟式テニスラケットの上に軟式テニスボールを乗せて運ぶ。落としたり、その場から、再度ボールを乗せて運ぶ。ラケットを持つ位置はグリップとする。ボールを手で押さえたまま走った場合は失格とする。

◎ ネットくぐり

ー 15m走る→3mネット①→15m走る→3mネット②→14m走る 計50m

3m×5mのネットは、四つ角を約1mの高さに固定し、4人の係員が持つ。参加者は、2か所設置された各3mのネットをくぐって進む。

ネットくぐることなく、ネットの横を通過した場合は、失格とする。

◎ ドリブル

ー ボールをドリブルして進む。

ミスをした時は、その地点からやり直す。

◎ なわとび

ー なわとびを跳びながら進む。

跳び方は自由で、跳びながら走ることも可とする。

1回転につき、2歩以内とする。

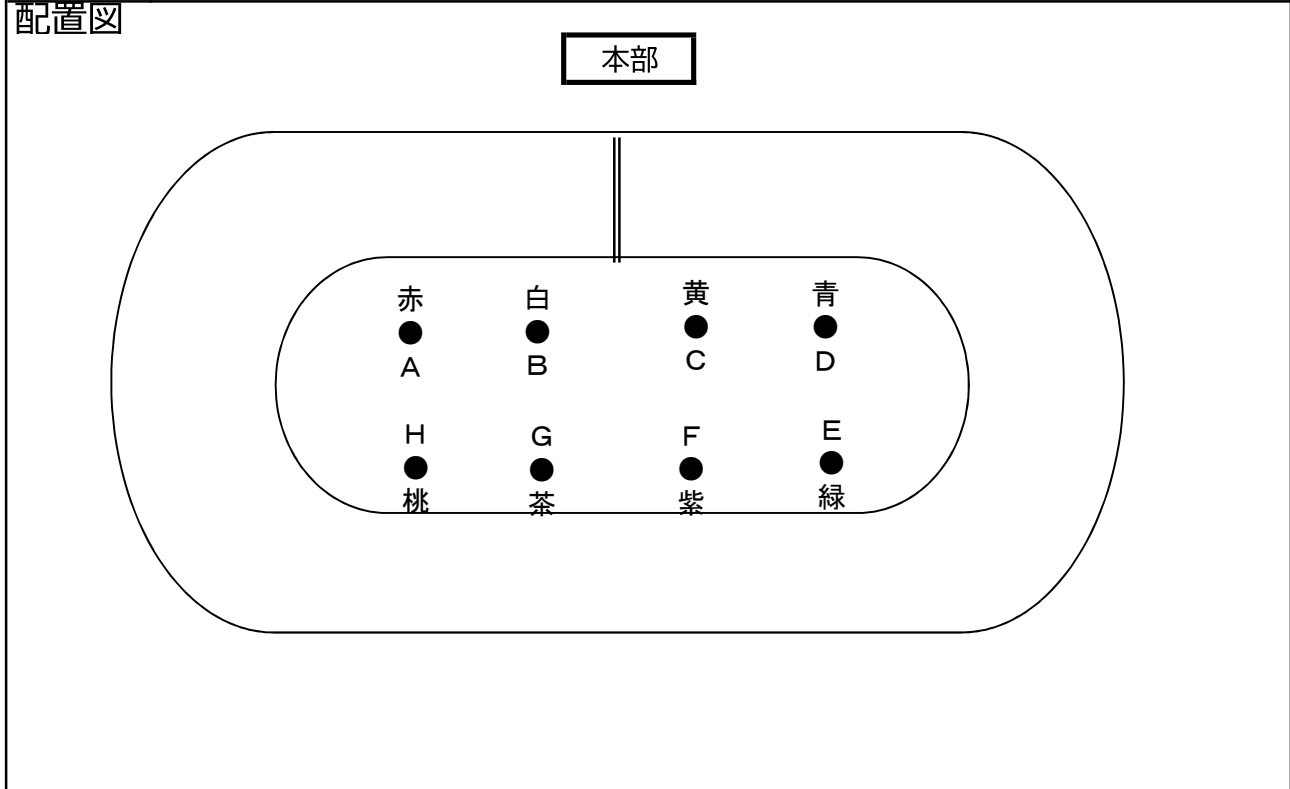
競技者は、ゴール後コースアウトするまで、なわとびを持ったまま移動する。

なわとびは、競技者が自身で用意したものを使用することも可とする。

得点配分	(1) 3ブロック(8・8・7)に分け、各ブロックで順位を決定する。 各ブロック1位－4点、2位－3点、3位－2点、4位以下－1点
------	--

競技No.6	11:00～	参加人員	276人～368人	1地区12人～16人×23地区
--------	--------	------	-----------	-----------------

準備用品	玉入れ道具	8組（4m50cm用）	・玉各色 32個
------	-------	-------------	----------



- 説明
- ① 参加出場選手は、
1地区50代以上6人、年齢不問6人～10人の合計12人～16人とする。
 - ② 男女は問わない。
 - ③ 1地区の玉の数は32個とする。スタート時は各自2個ずつ玉を持つ。
なお、16人未満の地区は、スタート時に余りの玉は地面に置くこととする。
 - ④ 競技時間は、45秒間とする。
 - ⑤ カゴに入った玉の数の多い方を上位とする。
◎ 同数の場合は、代表者によるジャンケンとする。(1位～3位決定)
 - ⑥ カゴの高さは、4m50cmとする。カゴの大きさは直径約47cm、高さ約47cmとする。
 - ⑦ 競技者以外は、フィールド内に入れない。

得点配分	(1) 3ブロック(8・8・7)に分け、各ブロックで順位を決定する。 各ブロック1位－4点、2位－3点、3位－2点、4位以下－1点
------	--

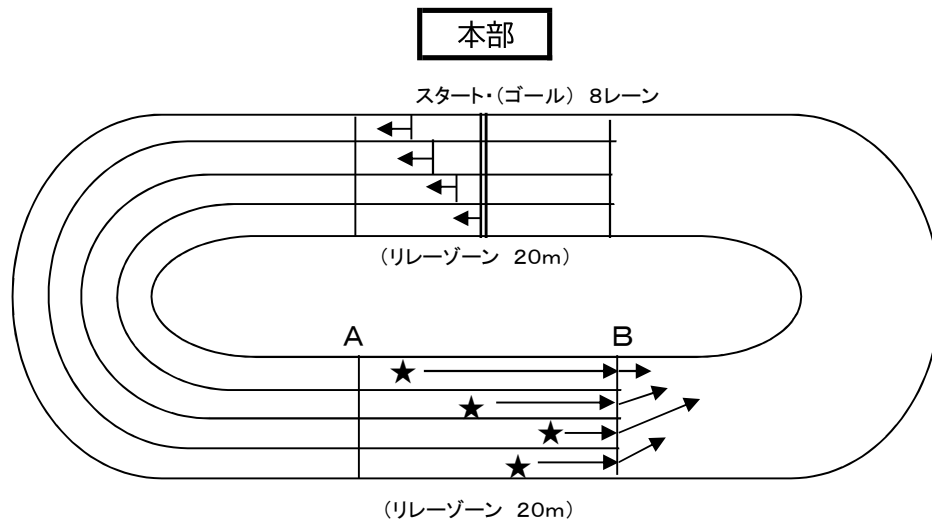
得点種目ルール

種目名 800m混合リレー

令和7年度から変更なし

競技No.3(予選)	9:35～	参加人員	予選 184人 1地区8人×23地区
No.8(決勝)	11:40～		決勝 48人 6地区×8人
準備用品	バトン 8本、アンカータスキ 8本		

配置図



説明

- ① 各年代男女とも100mを走る。
- ② 参加出場選手は、中学生以下2人、30代以上2人、年齢不問4人の合計8人
男女は各4人ずつとする。ただし、男性にかわり女性が出場することは可とする。
中学生以下2人は、第1・2走者とする。第3走者以降の走る順序は、自由とする。
- ③ バトンをリレーする。
- ④ 第1走者は、セパレートコース、第2走者は、オープンコース、
第3走者以降はコーナートップ。第3走者以降の選手は外側からインコースへ進入する。

注 意 『セパレートコース』について

- ◎ 上記図のスタートからトラック反対側のリレーゾーンが終了するB地点までが「セパレートコース」
- ◎ 第1走者(中学生以下)は、第2走者(中学生以下)へ、バトンを渡すまで決められた「セパレートコース」を走ること。
- ◎ 第2走者は、例えば上図の★地点でバトンを受けた場合、B地点までは第1走者と同じ「セパレートコース」を走らなければならない。
(隣のコースに出たときは失格とする。)
- ◎ 第2走者は、B地点を通過すれば「オープンコース」をとることができる。

得点配分	(1) 3ブロック(8・8・7)に分け、各ブロック上位2チームを決勝へ。 1位－5点、2位－4点、3位－3点、4位～6位－2点、予選敗退－1点
------	--