

重要

スタートに関するルールを確認してください

【その1】『不正スタートを行った競技者は1回で失格となる』について

適用

(1) 2013年4月より、日本陸連主催大会（日本選手権、全国インターハイ、日本ユース・ジュニア、国体、全国中学、ジュニアオリンピック、ジュニア室内など）において、『不正スタートを行った競技者は1回で失格となる』が適用されている。
ただし、全国小学生大会は適用されていない。

(2) 大阪陸協の適用状況

- ・大阪陸協主催競技会（第1回・2回記録会、大阪陸上カーニバル、木南記念陸上、大阪実業団大阪選手権、国体最終選考、大阪ジュニア、クラブ対抗）
→ 『1回で失格となる』が適用されている。
- ・高体連関係の競技会（インターハイ地区予選、大阪インターハイ、総体地区予選、大阪総体）
→ 『1回で失格となる』が適用されている。
※各地区別記録会等は、別途連絡
- ・中体連関係の競技会（通信、選手権、総体、記録会、各地区実施の競技会）
→ 新たに、本年4月1日より『1回で失格となる』が適用される。

適用されると何がかわるのか

(1) スターターの合図は、英語になる

「On your marks」～「Set」

ただし、他の指示は日本語で行われる。例：「立って」など

(2) 短距離種目は、号砲の鳴るタイミングが、やや短くなる傾向がある

従来の日本語「位置について」「よーい」によるスタートと比較して、英語の「Set」はあまりのばさず、やや短かめに発声するため、競技者はそれに合わせて短時間で静止する。スターターは静止が確認できると、ピストルを撃つため「Set」～「号砲(ピストル)」までのタイミングがやや短くなる傾向がある。

しかし、タイミングは一定ではなく、競技者の静止に時間がかかるレースでは、長くなる場合もあり、タイミングを短く予想してスタートすると、フライングにつながる。

【その2】『不適切なスタート動作(不適切行為)に対して 警告を与える』について

「不正スタート」と「不適切なスタート動作(不適切行為)」は異なるものである。

2013年2月、日本陸連競技運営委員会より不適切なスタート動作に対する判定基準と対処が示され、同4月より、『不適切なスタート動作に対して、「警告」をあたえる』が全ての競技会で適用されている。

不適切なスタート動作の具体例 (競技規則 162条-5項より)

- ・クラウチングスタートの構えから正当な理由もなく手を挙げて立ち、レースを中断させる。
- ・スターターの合図(「On your marks」や「Set」)に従わず、速やかに動作をしない。
- ・スターターの合図の後、音声その他の方法で、他の競技者を妨害する。
- ・「Set」の合図後、他の競技者より、明らかにタイミングを遅らせて腰を上げる。
- ・「Set」の合図後、静止せずに前方に倒れる、腰を下げながらスタートする。
- ・「Set」の合図後、静止するが「ピクッ」とからだは動く、手が小刻みに動く。

スタートにおける警告

- ・「警告」は、スターターから、当該の競技者(複数の場合がある)に与えられる。
- ・スターターの合図の後、不適切なスタート動作があった場合は、全競技者を立たせスタート動作を中止させ、当該の競技者に「警告」を与える。
- ・『1回で失格となる』が適用される場合、同じ競技者が2回「警告」を受けると、不正スタートとなる。
- ・『1回で失格となる』が適用されない場合(不正スタート2回目以降は誰でも失格する競技会)、同じ競技者が3回「警告」を受けると、不正スタートとなる。
- ・号砲(ピストル)がなり、静止せずにスタートした場合
 - ①「両手が地面についている」 ②「両足がスターティングブロックについている」
 - ①と②両方が確認できた場合は、「不正スタート」とならず「警告」になる。
 - ①または②のどちらか一方が確認できなかった場合は、「不正スタート」になる。

- ・軽微と思われる不適切なスタート動作に対しては、「注意」が与えられ、スタートのやり直しとなる。「注意」は、競技者を円滑にスタートさせるための指導であり、特に罰則がない。

注意の例

- ・クラウチングスタートの時、指先がスタートライン上にかかっている。
- ・クラウチングスタートの時、片方のひざが地面についていない。
- ・スタンディングスタートの時、スタートラインを踏んでいる。
- ・スタンディングスタートの時、故意ではなくバランスを崩し動いた。

不正スタート・不適切なスタート動作があった場合の対処（出発係）

(1) 1回失格が適用される競技会

不正スタート	不適切なスタート動作
<ul style="list-style-type: none"> 不正スタートで失格 本人に赤黒カードを示す レーンナンバーに赤カード <p>混成競技（下表(2)参照） 不正スタート2回目以降は誰でも失格</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● 1回目 <ul style="list-style-type: none"> 警告 本人に黄黒カードを示す レーンナンバーに黄カード ● 同一人が2回目 <ul style="list-style-type: none"> 不正スタートで失格 本人に赤黒カードを示す レーンナンバーに赤カード

(2) 1回失格が適用されない競技会（不正スタート2回目以降は誰でも失格する競技会）

不正スタート	不適切なスタート動作
<ul style="list-style-type: none"> ● 1回目 <ul style="list-style-type: none"> 不正スタート 全員に黄黒カードを示す レーンナンバーに黄カード ● 2回目以降 <ul style="list-style-type: none"> 不正スタートで失格 本人に赤黒カードを示す レーンナンバーに赤カード <p>混成競技（単独種目と同じ） 不正スタート2回目以降は誰でも失格</p>	<ul style="list-style-type: none"> ● 1回目 <ul style="list-style-type: none"> 警告 本人に黄黒カードを示す レーンナンバーの標示なし ● 同一人が2回目 <ul style="list-style-type: none"> 不正スタート <ul style="list-style-type: none"> ◆ レース全体として1回目 <ul style="list-style-type: none"> 本人に黄黒カードを示す レーンナンバーに黄カード 全員に黄黒カードを示す ◆ レース全体として2回目 <ul style="list-style-type: none"> 失格 本人に赤黒カードを示す レーンナンバーに赤カード ● 同一人が3回目（警告4回目はない） <ul style="list-style-type: none"> 不正スタートで失格 本人に赤黒カードを示す レーンナンバーに赤カード