

令和8年度 釧路地方陸上競技協会主要大会競技種目（案）

競技委員会

1. 記録会（1人2種目まで。リレーは除く）

共通男子	100m 200m 400m 800m 1500m 3000m 110mH 400mH 4×100mR 走高跳 棒高跳 走幅跳 三段跳 砲丸投（全） 円盤投（全） ハンマー投（全） やり投
共通女子	100m 200m 400m 800m 1500m 3000m 100mH 400mH 4×100mR 走高跳 棒高跳 走幅跳 三段跳 砲丸投 円盤投 ハンマー投 やり投
中学男子	110mH 砲丸投 円盤投 ジャベリックスロー
中学女子	100mH 砲丸投 円盤投 ジャベリックスロー
小学男子	100m 800m（中） 1500m（高） 80mH 4×100mR 混4×100mR 走高跳 走幅跳 砲丸投(2.721kg) ジャベリックボール投
小学女子	100m 800m（中・高） 80mH 4×100mR 混4×100mR 走高跳 走幅跳 砲丸投(2.721kg) ジャベリックボール投

※小学生は、小学種目のみ可。

※トラック競技は全てタイムレースとし、フィールド競技（走高跳・棒高跳を除く）の試技は3回として行う。

2. 春季選手権（1人2種目まで。リレーは除く）

一般高校男子	100m 400m 1500m 3000m 3000mW 110mH 4×100mR 走高跳 棒高跳 走幅跳 三段跳 砲丸投（全） 円盤投（全） ハンマー投（全） やり投
一般高校女子	100m 400m 800m 3000m 3000mW 100mH 4×100mR 走高跳 棒高跳 走幅跳 三段跳 砲丸投 円盤投 ハンマー投 やり投
中学男子	100m 400m 800m 3000m 110mH 4×100mR 走高跳 棒高跳 走幅跳 砲丸投
中学女子	100m 200m 800m 1500m 100mH 4×100mR 走高跳 走幅跳 砲丸投

※トラック競技は100m・4×100mR以外全てタイムレースとする。

※フィールド競技（走高跳・棒高跳を除く）はトップ8の試技を行う。

3. 小学生記録会兼国スポ予選会①（1校1種目5名、1人2種目まで。リレーは除く）・記録会（1人2種目まで）

男子3年	100m 800m
男子4年	100m 800m 4×100mR 走幅跳
男子5年	100m 1500m 80mH 4×100mR 走高跳 走幅跳
男子6年	100m 1500m 80mH 4×100mR 走高跳 走幅跳 砲丸投(2.721kg)
女子3年	100m 800m
女子4年	100m 800m 4×100mR 走幅跳
女子5年	100m 800m 80mH 4×100mR 走高跳 走幅跳
女子6年	100m 800m 80mH 4×100mR 走高跳 走幅跳 砲丸投(2.721kg)
混合5・6年	4×100mR
記録会	
中学男子	800m 110mH 1年100mH 四種 砲丸投（4kg、5kg） ジャベリックスロー 4×100mR
高校男子	砲丸投（5kg、6kg） 300mH
中高男子	110mJH
一般男子	砲丸投（7.26kg）
共通男子	150m 200m 300m 800m 1000m 3000m 5000m 110mH 走高跳 三段跳 棒高跳
中学女子	1500m 100mH 四種 砲丸投（2.72kg） ジャベリックスロー 4×100mR
中高男子	100mYH 300mH
共通女子	150m 200m 300m 800m 1000m 3000m 100mH 走高跳 棒高跳 三段跳 砲丸投（4kg）

4. 釧新杯釧根陸上（小学2年生以下は1人1種目、小学3年生以上は1人2種目以内。リレーは除く。）

中学男子	1・2・3年100m 400m 1500m 110mH(0.914/9.14) 4×100mR 1年100mH 走高跳 砲丸投 1年砲丸投（4kg）
中学女子	1・2・3年100m 400m 800m 100mH(0.762/8.0) 4×100mR 走高跳 砲丸投
小学男子	1・2年100m 3・4年100m 5・6年100m 3・4年800m 5・6年1500m 5・6年80mH(0.70/7.0) 4・5・6年4×100mR 5・6年走高跳 5・6年走幅跳 5・6年砲丸投
小学女子	1・2年100m 3・4年100m 5・6年100m 3・4年800m 5・6年800m 5・6年80mH(0.70/7.0) 4・5・6年4×100mR 5・6年走高跳 5・6年走幅跳 5・6年砲丸投
幼児男女	80m

※100mのみ予選・決勝を行い、それ以外の種目はタイムレース決勝とする。

5. 通信陸上（1人2種目まで。リレーは除く）

1年男子	100m
2年男子	100m
3年男子	100m
共通男子	200m 400m 800m 1500m 3000m 110mH 4×100mR 走高跳 棒高跳 走幅跳 砲丸投(5kg) 円盤投(1.5kg) 四種競技(110mH・砲丸投・走高跳・400m)
1年女子	100m
2年女子	100m
3年女子	100m
共通女子	200m 800m 1500m 100mH 4×100mR 走高跳 走幅跳 砲丸投(2.72kg) 円盤投(1kg) 四種競技(100mH・走高跳・砲丸投・200m)

※円盤投も6投とする。

6. 小陸 中学通信大会で実施。

男子3年	100m 800m ジャベリックボール投
男子4年	100m 800m 4×100mR 走幅跳 ジャベリックボール投
男子5年	100m 1500m 80mH 4×100mR 走高跳 走幅跳 ジャベリックボール投
男子6年	100m 1500m 80mH 4×100mR 走高跳 走幅跳 砲丸投 ジャベリックボール投 コンバインドA コンバインドB
女子3年	100m 800m ジャベリックボール投
女子4年	100m 800m 4×100mR 走幅跳 ジャベリックボール投
女子5年	100m 800m 80mH 4×100mR 走高跳 走幅跳 ジャベリックボール投
女子6年	100m 800m 80mH 4×100mR 走高跳 走幅跳 砲丸投 ジャベリックボール投 コンバインドA コンバインドB
混合5・6年	4×100mR

7. 国スポ予選会③兼記録会 (U16/18標準記録突破記録会) 中学通信大会で実施。実施種目変更もあり。

高校男子	円盤投 (1.75kg) ハンマー投 (6kg)
一般・高校男子	100m 300mSC 400mH 走幅跳
一般男子	円盤投 (2kg) ハンマー投 (7.26kg)
一般・高校女子	100m 400mH 棒高跳 走幅跳 円盤投 (1kg) ハンマー投 (4kg)

※トラック競技は全てタイムレースとし、フィールド競技(走高跳・棒高跳を除く)はトップ8の試技を行う。

※小学生記録会種目は要項にて提示。

8. 駅伝選考会兼リレーカーニバル (1人2種目まで。リレーは除く。) ※ジュニア、新人突破を意識した種目も兼ねる

◎はリレーカーニバル種目

一般・高校男子	3000m 砲丸投 (6kg) 砲丸投 (7.2kg) 円盤投 (1.75kg) ◎4×100mR
一般・高校女子	2000m 砲丸投 (4kg) ◎4×100mR
高校・中学男子	100m 400m 800m 4×100mR 走高跳 走幅跳 砲丸投 (5kg)
高校・中学女子	100m 400m 800m 4×100mR 走高跳 走幅跳 砲丸投 (2.72kg)
U16男子	110mJH 三段跳 円盤投 (1.5kg) ジャベリックスロー
U16女子	100mYH 三段跳 円盤投 (1.0kg) ジャベリックスロー
中学男子	1500m 駅伝3000m 3000m 100mH (0.838-8.50m) 110mH (0.914-9.14m) 砲丸 (4kg) ◎4×100mR
中学女子	1500m 駅伝2000m 2000m 100mH (0.762-8.00m) ◎4×100mR
小学男子	3・4年100m 5・6年100m 3・4年800m 5・6年1500m 80mH ◎4×100mR 走幅跳 砲丸投 (2.72kg)
小学女子	3・4年100m 5・6年100m 3・4年800m 5・6年800m 80mH ◎4×100mR 走幅跳 砲丸投 (2.72kg)

※リレーカーニバル種目追加は秋季大会が行えないので、R8年度限定の措置。R9は秋季記録会第1戦に戻す。

9. 新人陸上兼秋季選手権小学生の部 (高校～1校1種目2名、1人2種目まで。リレーは除く。中学～1人2種目まで。リレーは除く)

高校男子	100m 200m 400m 800m 1500m 5000m 110mH 400mH 3000mSC 5000mW 4×100mR 4×400mR 走高跳 棒高跳 走幅跳 三段跳 砲丸投 円盤投 ハンマー投 やり投
高校女子	100m 200m 400m 800m 1500m 3000m 100mH 400mH 5000mW 4×100mR 4×400mR 走高跳 棒高跳 走幅跳 三段跳 砲丸投 円盤投 ハンマー投 やり投
U18男子	(オープン) 300m 3000m 110mJH
U18女子	(オープン) 300m 100mYH
U16男子	(オープン) 100m 300m 1000m 3000m 100mJH 走高跳 走幅跳 棒高跳 三段跳 砲丸投 (5kg) 円盤投 (1.5kg) ジャベリックスロー
U16女子	(オープン) 100m 300m 1000m 3000m 100mYH 走高跳 走幅跳 棒高跳 三段跳 円盤投 (1.0kg) ジャベリックスロー
中学男子1年	100m 100mH
中学男子2年	100m
中学男子共通	200m 400m 800m 1500m 3000m 110mH 4×100mR 走高跳 棒高跳 走幅跳 砲丸投 四種競技 (110mH・走高跳・砲丸投・400m) (オープン) 円盤投 (1.5kg) ジャベリックスロー
中学男子共通	(オープン) 円盤投 (1.5kg) ジャベリックスロー
中学女子1年	100m
中学女子2年	100m
中学女子共通	200m 800m 1500m 3000m 100mH 4×100mR 走高跳 走幅跳 砲丸投 四種競技 (100mH・走高跳・砲丸投・200m)
中学女子3年(U16)	(オープン) 100m 300m 1000m 3000m 100mYH 走高跳 三段跳 砲丸投 (4kg)
中学女子共通	(オープン) 円盤投 (1kg) ジャベリックスロー
小学男子3年	100m 800m 走幅跳 ジャベリックボール投
小学男子4年	100m 800m 1500m 80mH 走高跳 走幅跳 ジャベリックボール投
小学男子5年	100m 1500m 80mH 走高跳 走幅跳 ジャベリックボール投
小学男子6年	100m 1500m 80mH 走高跳 走幅跳 ジャベリックボール投
小学男子共通	◎4×100mR
小学女子3年	100m 800m 走幅跳 ジャベリックボール投
小学女子4年	100m 800m 80mH 走高跳 走幅跳 ジャベリックボール投
小学女子5年	100m 800m 80mH 走高跳 走幅跳 ジャベリックボール投
小学女子6年	100m 800m 80mH 走高跳 走幅跳 ジャベリックボール投
小学女子共通	◎4×100mR
小学	混合4×100mR
5/6年1年、2年	100m ジャベリックボール投 (NISHI製ジャベリックボールに使用)

9. 市体育祭兼秋季選手権小学生記録会 (1人2種目まで。リレーは除く)

共通男子	100m 200m 400m 800m 1500m 5000m 110mH 400mH 5000mW 4×100mR 4×400mR 走高跳 棒高跳 走幅跳 三段跳 砲丸投 円盤投 ハンマー投 やり投
共通女子	100m 200m 400m 800m 1500m 3000m 100mH 400mH 5000mW 4×100mR 4×400mR 走高跳 棒高跳 走幅跳 三段跳 砲丸投 円盤投 ハンマー投 やり投
中学男子	100m 3000m 110mH ◎4×100mR 走幅跳 砲丸投
中学女子	100m 100mH ◎4×100mR 走幅跳 砲丸投
小学男子3～6年	100m 800m 1500m ジャベリックボール投
小学女子3～6年	100m 800m ジャベリックボール投

備考

- ・南部の選考は大会までの記録を総合的に判断して決定する。
- ・国スポ予選会は記録会、中体連、通信で分散して実施する。要項にて詳細提示予定。
- ・中学生のU-16等に関して、ジャベ・円盤などの種目に標準記録が設けられたため、+1種目の参加を認める。