

第70回羽村市市民体育祭 町内会・自治会対抗種目説明

対抗種目注意事項

- 当日の午前8時00分から受付で対抗種目用のハチマキ等を本部において配布します。必ず受け取り、全ての競技終了後、配布されたハチマキ、ナンバーカード、タスキをまとめて返却してください。
配布物：ハチマキ12本、タスキ1本、ナンバーカード15枚、プログラム5部、二人三脚用軍手8足
むかで用ロープ4本(返却不要)、市民総カリレー用ナンバーシール(1~12)
- 競技集合時刻までに必ずお集まりください。集合場所は段上のグラウンドです。
- 当日棄権する町内会・自治会は、棄権が決まったらすぐ本部テント、受付係まで申し出てください。
- 反則、失格等の判定は、審判係及びスポーツ推進委員が行います。
- 各種目の参加者は、運動できる服装、運動靴にて参加してください。なお、危険防止のため腕時計やアクセサリーを外してください。はむらラリーの女子の選手は、髪飾りも外してください。
- 年齢の基準日は、体育祭当日とします。

プログラムNo.3 二人三脚：8名【男子4名・女子4名(選手は18歳以上)】

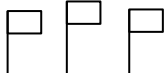
競技集合時刻 9:20

- 出場選手は、常に軍手を着用することとします。(主催者で用意)
- 二人三脚(同性同士)で1組50m走り、4組でリレーします。
- 女子ペア → 男子ペア → 女子ペア → 男子ペア の順でリレーします。
- 第1・2走者はセパレートコース、第3・4走者はオープンコースとします。
- 第3・4走者はタスキを2人そろって受け取ってから、足ひもを結んでスタートしてください。
- 足を結ぶひもは、選手にあらかじめ渡しておきます。その「ひも」でバトンゾーンの中で足を結んでください。
- 競技終了後、「むかで競争」参加者へ必要準備品を渡してください。

※バトンゾーン内でタスキを

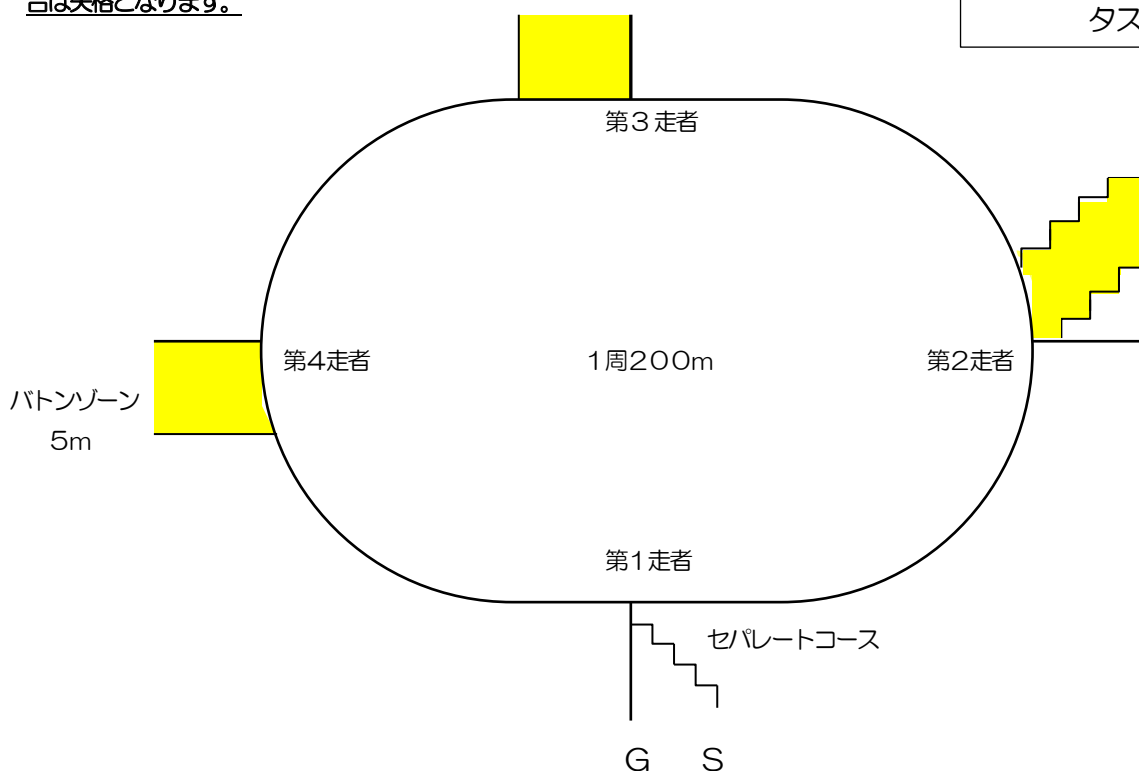
受け取り、足をひもで結ぶ

注 バトンゾーン外で結んだ場合は失格となります。



バトンゾーン5m

準備品 ナンバーカード
はちまき
軍手
タスキ



プログラムNo.6 むかで競走：10名【男子5名・女子5名（選手は18歳以上）】

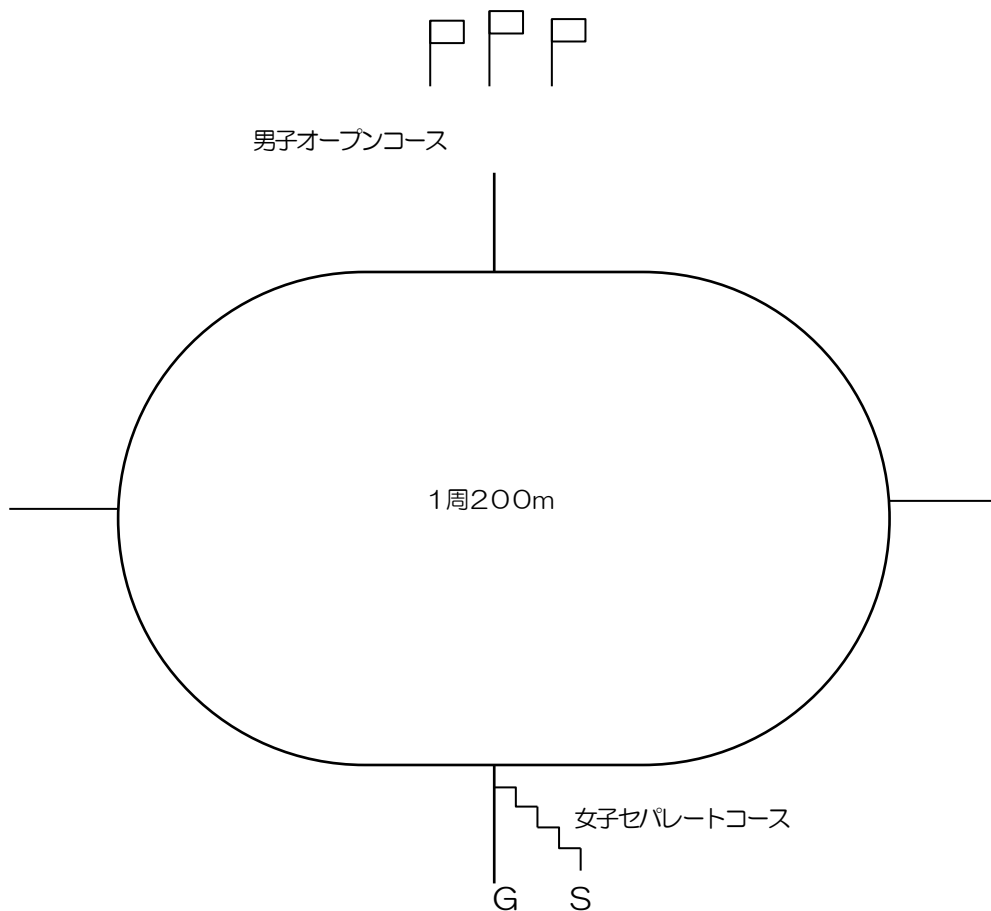
競技集合時刻 10:25

- 1組5人で「むかで」となり、1組100m走り、2組でリレーします。
- 女子から男子へリレーします。
- タスキをバトンとし、女子の先頭から男子の最後尾へリレーします。
- 危険防止のため、タスキは首にかけず、手に持ってください。
- 女子はセパレートコース、男子はオープンコースとなります。
- 「むかで」のロープは3.7mです。主催者で当日配布したロープを使用してください。
- 第1走者はスタート位置において静止とし第2走者は、足踏みでかまいません。
- ロープの結び方は自由です。足に負担がかからないように工夫して結んでください。
- 競技終了後、「はむらラリー」参加者へ必要準備品を渡してください。

注 当日配布したロープを使用していない場合は失格といたします。

今回使用したロープは返却の必要はありません。

準備品	むかでロープ ナンバーカード はちまき タスキ
-----	----------------------------------



プログラムNo.15 はむらラリー(障害物競走)：7名【出場資格は下記のとおり】

競技集合時刻 13:45

準備品	ナンバーカード
	はちまき
	タスキ

- タスキをバトンとします。
- 危険防止のため、たすきは首にかけず、手に持ってください。
- 第2～4走者は、男女1組となります。出場選手は中学生以上です。
- 第1・2走者と第3・4走者のスタート位置は、インコースとアウトコースが入れ替わります(第1・2走者がインコースを走った場合、第3・4走者はアウトコースを走る)。【1コースから6コースの距離を調整する為】
- 「どじょう」は2匹つかみビニール袋に入れてください。
- 競技終了後、「総カリレー」参加者へ必要準備品を渡してください。
- 注「どじょう」は、1匹または3匹以上だと失格となります。

第1走者【小学生(男女は問いません)】 はしごを2本くぐり抜け、ゴムひもの海を飛び越し走り抜ける。

- 第① 障害 はしごくぐり(2本)
- 第② 障害 ゴムひもの海

第2走者【中学生以上の男女1組・二人三脚で待機】 二人三脚で麻袋とあみをくぐり抜ける。

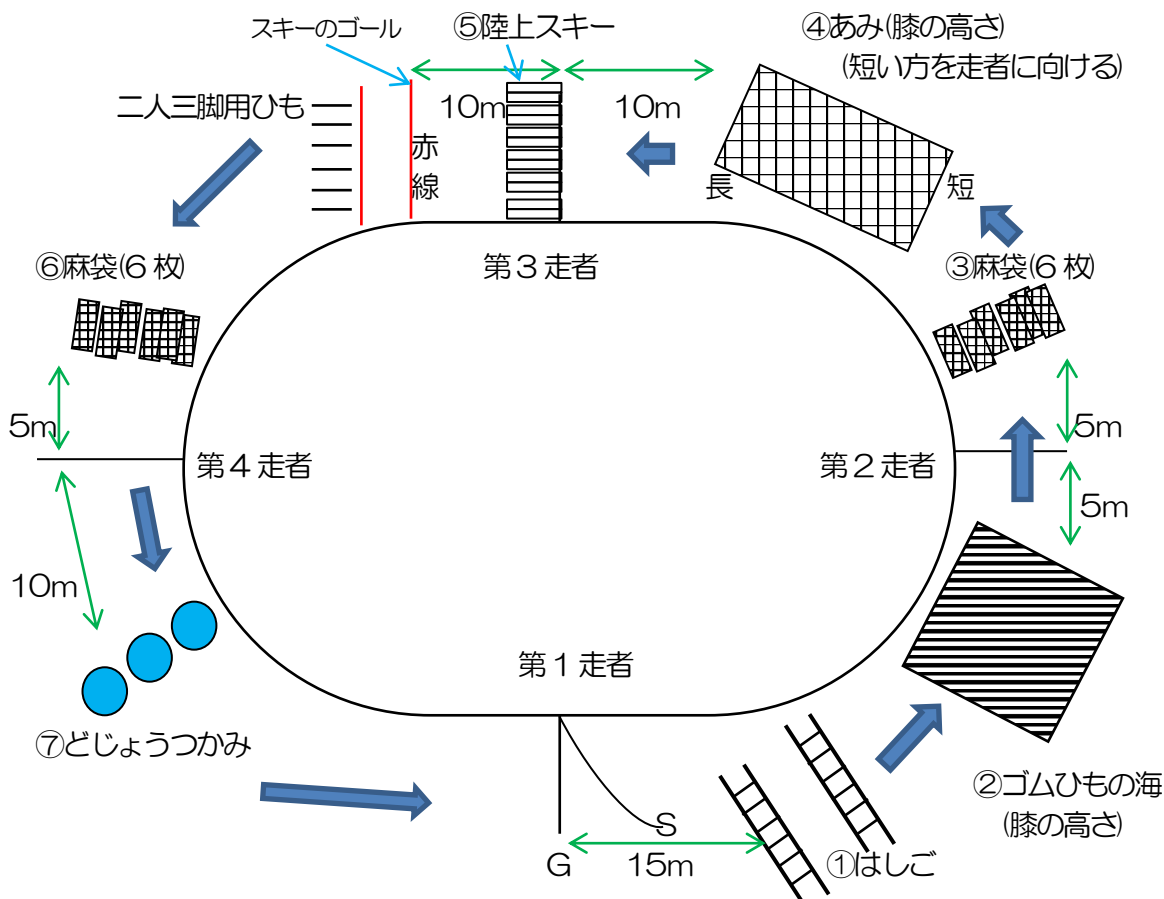
- 第③ 障害 袋くぐり
- 第④ 障害 あみくぐり

第3走者【中学生以上の男女1組・陸上スキーで待機】 陸上スキーが赤線を通過後、二人三脚となり、麻袋をくぐる。

- 第⑤ 障害 陸上スキー(終了後、二人三脚)
- 第⑥ 障害 袋くぐり(二人三脚)

第4走者【中学生以上の男女1組が二人三脚でビニール袋を持って待機】 二人三脚で走り、「どじょう」を素手で2匹つかみビニール袋に入れてゴールする。

- 第⑦ 障害 どじょうつかみ



プログラムNo.18 市民総カリレー：12名【出場資格は下記のとおり】

競技集合時刻 14:45

第1走者	小学1～3年生の女子	50m	
第2走者	小学1～3年生の男子	50m	
第3走者	小学4～6年生の女子	100m	*小学1～3年生の女子の出場を認めます。
第4走者	小学4～6年生の男子	100m	*小学1～3年生の男子の出場を認めます。
第5走者	中学1～3年生の女子	100m	*小学生女子の出場を認めます。
第6走者	中学1～3年生の男子	100m	*小学生男子の出場を認めます。
第7走者	中学卒業以上の女子	100m	*【年齢の上限はありません】
第8走者	中学卒業以上の男子	100m	*【年齢の上限はありません】
第9走者	30歳以上の男子	100m	
第10走者	40歳以上の男子	100m	
第11走者	成人女子(20歳以上)	50m	
第12走者	50歳以上男子	50m	

準備品 ナンバーカード
はちまき
ナンバーシール

- 第1・2走者はセパレートコース、それ以降はオープンコースとなります。
- ナンバーカードには、当日配布するナンバーシール(1～12)を貼ってください。
- ナンバーカードに貼ったナンバーシールは競技終了後、必ずはがしてください。

町内会・自治会No.

ナンバーシールをこの位置に貼る(胸肌左下部)

注 バトンゾーン内でバトンの受渡しをしてください。

バトンゾーンの外で行った場合は失格となります。

