



セイコーゴールデングランプリ陸上 2026 東京 競技注意事項 (5/15 掲載)

1. 競技規則について

本大会は 2026 年ワールドアスレティックス競技規則/広告規程により実施する。

2. 競技場使用上の注意

- (1) 競技者、チーム関係者の競技場内の出入り口は国立競技場 G ゲート付近のスロープとし、大会当日は 8 時 15 分から入場できる。
- (2) 選手受付時間は 5/16(土)12:00~16:30 5/17(日)8:15~12:00 とする。
- (3) ウォームアップはバックストレート観客席下にある室内練習場を利用できる。
- (4) 大会当日は中長距離選手のウォームアップのために 4 階コンコース (コンクリート舗装) を周回練習場として開放する。4 階コンコースへは国立競技場 G ゲートのエレベーターで移動できる。中長距離以外の選手も利用することができる。※別添会場図参照
一部は選手待機スペース (選手陣地エリア) としても使用するため、競技役員の指示に従い決められたエリア内でウォーミングアップをすること。
- (5) 大会当日は国立競技場第 4 ゲートにメディシンボールを投げられる場所を設ける。投げる位置・投げ方などは競技役員・スタッフの指示に従い、安全に十分配慮をして練習すること。
安全管理のため、下記の指定時間以外はメディシンボールを投げての練習は不可とする。
男子やり投 : 9:00~10:00 (招集開始時間) まで
女子やり投 : 11:30~12:30 (招集開始時間) まで
※万が一照明や壁が破損した場合は弁償費用を請求する場合がある。
- (6) 更衣室を室内練習場付近の諸室に設置する。参加者全員分のスペースを確保できないため、更衣以外では使用しないこと。
- (7) 競技者の休憩・待機スペース (選手陣地エリア) は室内練習場裏の駐車場の一部、および 200m スタート付近後方の「5 ゲート内」の一部、4 階コンコースの一部に設置することができる。※別添会場図参照
- (8) 競技者、チーム関係者は大会当日、16 時 30 分までに競技場から退場すること。

3. 競技について

- (1) 男子 100m はチャレンジレースと決勝レースの 2 ラウンドを実施する。主催者が指定した競技者は決勝ラウンドから出場できる。そのほかの競技者はチャレンジレースから出場する。
- (2) 男子走幅跳、女子三段跳、男子やり投、女子やり投の試技は、WA パーミット競技会 (ダイヤモンドリーグ、コンチネンタルゴールドなど) で導入されている【ファイナル 3 方式】を適用する。
【ファイナル 3 方式】 (別紙 参照)
 - ① 1 回目~3 回目の試技 : 各選手、3 回の試技を行い、上位 8 名が 4 回目・5 回目の試技に進む。
 - ② 4 回目~5 回目の試技 : 試技順は 3 回目終了時点の上位から下位の順となる。
 - ③ 5 回目の試技終了後、上位 3 名のみが 6 回目の試技に進むことができる。
 - ④ 6 回目の試技 : 試技順は 5 回目終了時点の上位から下位の順となる。



(3)WA コンチネンタルツアーゴールド大会につき、フィールド種目に限り使用方法の制限付きで競技エリアに通信機器の持ち込みを認める。ただし下記の運用とする。

- ・使用できる機器
携帯電話、スマートフォンのみ。イヤホン、パソコン、タブレットの持ち込みは禁止。
また、助走路への機器の持込みは認めない。
- ・情報のやりとりについて
通話は禁止。メッセージと動画や写真の送受信は認める。
メッセージのやり取りはテキストのみとし、音声によるテキスト入力は禁止。
- ・動画の確認について
常時マナーモードとし、動画再生時は無音にすること。
- ・指導者との通信や動画確認以外の使用については不可とする。

(4)男子走高跳・女子やり投ではスタンドのコーチ席とは別に、グラウンドレベルにコーチエリアを設置する。コーチエリアには競技者受付にて配布するコーチ PASS（該当種目に出場する選手 1 名につき 1 枚配布）を着用した人のみ入ることができる。

(5)本スタジアムにおいては、構造上観客席との距離があり危険を伴うため、上記のコーチエリア以外では録画されたものを確認するためにコーチ席との機器の受け渡しをすることはできない。受け渡しをしない場合でも、自撮り棒などを使用した録画媒体の確認も禁止する。

4. 競技者招集について

(1)招集所は 200m スタート付近後方の「5 ゲート内」に設ける。招集時間は組ごとに設定するため、大会前日に公式 HP (<https://goldengrandprix-japan.com/>) で発表するコールルームスケジュールを確認のうえ、指定の時間までに招集を受けること。

<目安の招集完了時刻>

| | トラック種目 | フィールド種目 |
|--------|----------|---------|
| 招集完了時刻 | 各組 20 分前 | 45 分前 |

(2)競技者は、競技役員の指示に従って入場、退場すること。

5. 欠場について

(1)欠場する競技者は TIC もしくはメールで「欠場届」（TIC にも用意）を提出すること。届け出を行わずに欠場したものは、その後の本連盟、加入団体が主催または後援する競技会に出場を認めない措置を講ずる場合がある。

(2)欠場届は TIC へ持参もしくは日本陸連欠場届提出アドレス (dns@jaaf.or.jp) へメールで提出すること。

《提出先》 ・5月15日(金)までの欠場届は、日本陸連欠場届提出アドレス (dns@jaaf.or.jp) へメールで提出

・5月16日(土)以降は TIC へ持参もしくは日本陸連欠場届提出アドレス (dns@jaaf.or.jp) へメールで提出

(3)欠場理由は、メディア等に公開する場合がある。



6. バーの上げ方について

| 種目 | 練習 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 以降 |
|--------|-------|------|------|------|------|------|------|------|--------|
| 走高跳(男) | 任意の高さ | 2m15 | 2m20 | 2m24 | 2m27 | 2m30 | 2m33 | 2m35 | 以降 2cm |

7. 抗議について

競技の結果または競技の実施に関する抗議は、TIC を通して申告する。TIC は（200m スタート付近後方の「5 ゲート内」）に設ける。

8. 用器具について

競技に使用する用器具は、主催者が用意したものをを使用することを原則とする。選手は 2 個まで個人所有のもの（WA 認証品に限る。認証が確認できるシールの貼付あるいは WA 認証番号が確認できるものを提出）が使用できる。検査に合格した「やり」は、主催者で借り上げ、競技者全員が使用できるものとする。男子やり投は 8:40 までに女子やり投は 10:35 までに TIC に持参すること。受け付けた「やり」については「預かり証」を発行する。競技終了後に TIC で「預かり証」を確認のうえ返却する。

なお、大会前日は 5 月 16 日(土)12:00～16:00 の間で、持ち込み検査を受付する。

借り上げた投てき物が万一破損した場合は、主催者は責任を負わない。

9. ドーピングコントロール

大会要項記載の通り：<https://www.jaaf.or.jp/files/competition/document/2046-1.pdf>

10. シューズコントロール

WA 規則 TR5 および競技用靴に関する規程を遵守すること。シューズは <https://certcheck.worldathletics.org> に掲載されており、当該種目での使用が承認されているモデルを着用しなければならない。カスタムシューズやプロトタイプシューズは、ワールドアスレティックスが事前に使用を認めた競技者しか着用できない。競技後に使用したシューズがチェック対象となる場合がある。使用が認められていないシューズの着用が確認された場合は失格の対象となる。世界記録達成時や、その他、審判長が必要と判断した場合は当該シューズを回収し、詳細検査を実施するため検査機関に送付する。詳細検査はシューズの切断等される場合がある。競技者は競技に使用したシューズのモデル名を把握しておくこと。

11. 公式インタビューについて

競技終了後、競技役員の指示により退場し、ミックスゾーンで上位成績者はオフィシャルインタビューに応じること。



12. 商標の大きさ

競技者が競技場内で着用する衣類や手荷物物はワールドアスレティクス広告規程を遵守すること。今大会は、国際規程を適用する。違反している場合は競技役員の指示に従うこと。

<https://www.jaaf.or.jp/news/article/14995/>

13. 前日練習について

(1)大会前日 5 月 16 日（土）に国立競技場メイントラックを使用し、12 時 00 分から 16 時 00 分までの間、練習を行える。**16 時 00 分から 17 時 00 分の間は雨天走路のみ使用可能とする。**練習終了後 17 時 20 分までに入場してきた G ゲートから退場すること。

(2)練習の際は、競技役員の指示に従うこと。

(3)やり投の前日練習は、国立競技場では助走練習のみ実施可能。やりを投げる場合は、ナショナルトレーニングセンターを使用できるので、事前に予約すること。

(4)13 時 00 分から 16 時 00 分までスターターによるスタート練習を実施する

14. その他

(1)表彰式は実施しない。

(2)選手/コーチ AD カードで、観客席のサイドバックスタンド（A 席）から観戦することができる。選手/コーチ AD カードではメインスタンドの観客席への入場はできない。メインスタンドの観客席に入る場合はチケットを購入のこと。3 階層はウォーミングアップおよび選手待機エリアとして使用・入場できるが 3 階層のスタンドから観戦することはできない。

(3)男子 100m 決勝は 9 名で実施する。男子 100m 決勝競技の 60 分前までに棄権が出た場合は、次点の選手が繰上げで出場できる。繰上げ出場できる場合には決勝競技の 60 分前までに主催者から専任コーチもしくは所属スタッフに電話で連絡する。繰上げ出場者は棄権した競技者のレーンにそのまま入る。

(4)傷病の場合の応急処置は、担当医師が行うが、その後の責任は負わない。

(5)飲食物について各自準備の上来場し、熱中症には十分気を付けること。

主催者が用意する投てき物一覧表 (国立競技場)

| 器具 | 種別 | メーカー | 品名等 | WA認証番号 | カラー/規格等 | 数量 |
|-------|------------------|-----------------|------------------------|-------------------------------------|------------------------------------|----|
| やり | 男子(800g) | NEMETH | クラシック90m | I-99-0100 | Violet/yellow/green, violet cord | 2 |
| | | | クラシック85m | I-09-0429 | Violet/yellow/magenta, violet cord | 2 |
| | | NORDIC | エアゲライダースティールflex6.1 | I-99-0011 | Red/white, red cord | 2 |
| | | | チャンピオンスティールflex6.4 | I-99-0012 | Lilac/white, black cord | 2 |
| | | | オービットスティールflex6.6 | I-99-0014 | Blue/white, black cord | 1 |
| | | | スーパーエリート800flex6.8 | I-99-0020 | Black/white, red cord | 1 |
| | | | スーパーエリートクラシックflex7.0 | I-99-0019 | Black/white, red cord | 1 |
| | | | マスター800flex7.5 | I-99-0013 | Blue, black cord | 1 |
| | | NISHI | Super GD Type I | I-18-0931 | Red/white, red/white cord | 1 |
| | Super GD Type II | | I-18-0932 | Blue/white, blue/white cord | 1 | |
| | HYBRID GENOME X | | I-11-0506 | White/blue/yellow/black | 1 | |
| | 女子(600g) | NEMETH | クラシック80m | I-99-0102 | Violet/yellow/green, violet cord | 2 |
| | | | クラシック75m | I-99-0110 | Violet/yellow/green, violet cord | 2 |
| | | NORDIC | ダイナスティールflex6.2 | I-99-0018 | Lilac/white, blue cord | 1 |
| | | | スーパーエリートflex7.0 | I-14-0715 | White/black spiral, red cord | 1 |
| | | | ダイナクラシックflex7.2 | I-99-0015 | Pink/white spiral, black cord | 1 |
| | | | Diana NXS, Metal alloy | | | 1 |
| | | | ダイナクラシックflex7.7 | I-99-0016 | Pink/white spiral, grey cord | 1 |
| | | | Diana NXB, Metal alloy | | | 1 |
| NISHI | | HYBRID GENOME X | I-12-0573 | White/pink/yellow/black, black cord | 1 | |

東京陸上競技協会・競技場管理部作成



ルール解説

ファイナル3方式

ダイヤモンドリーグやWAコンチネンタルツアー・ゴールド大会で導入されているフィールド種目の順位決定方式です。

5回目の試技終了後、上位3名のみが6回目の最終試技に挑戦することができます。

本大会では、三段跳・走幅跳・やり投の3種目において「ファイナル3方式」で競技を実施します。

④ ファイナル3の重要ポイント

順位は「全6回」の最高記録で決定

6回目の記録だけでなく1回目から6回目までの1番良い記録が成績となります。



対象種目は「跳躍」「投擲」

GGPでは走幅跳・三段跳・やり投(男女)の4種目が対象となります



試技順は「成績が良い選手が先」

通常ルール

3回目までの成績の上位8名が4回目～6回目の試技に参加

4回目以降の跳躍は、3回目までの試技で8位の選手から先に試技を行います。

本方式

通常的方式とは逆に、4回目の試技6回目の試技どちらも、それまでの試技で記録の良い選手から先に試技を行います。

1-3
回目

全選手が参加

全選手が3回試技を行い、上位8名が4回目の試技に進出します
スタートリストに記載の順に試技を行います

4-5
回目

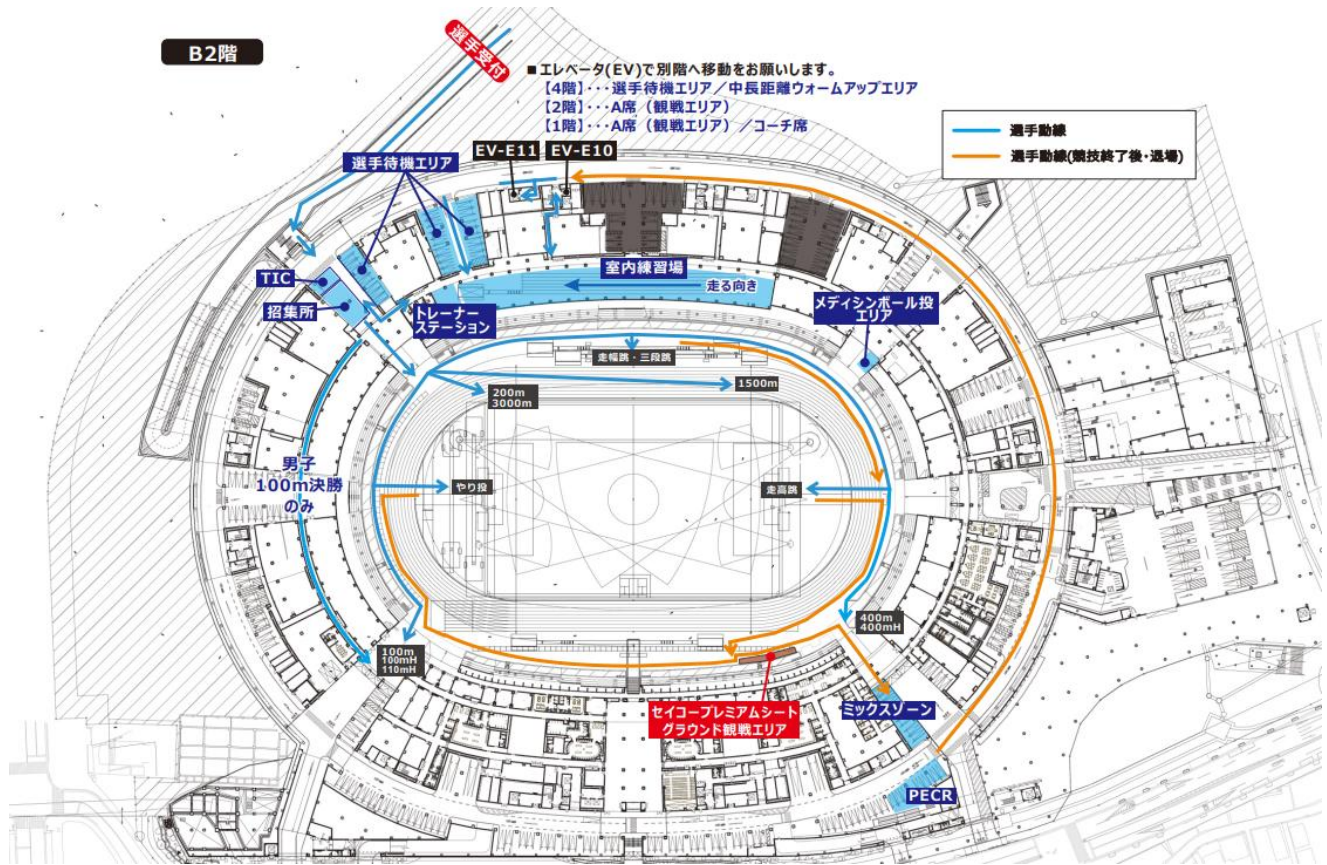
トップ8 (上位8名のみ参加)

3回目終了時の上位8名のみが参加
上位者が先に試技を行う
暫定1位から8位の順(成績の良い順)に試技を行います

6
回目

ファイナル3 (上位3名のみ参加)

5回目終了時の上位3名のみが参加
暫定1位から3位の順(成績の良い順)に最後の試技に挑みます



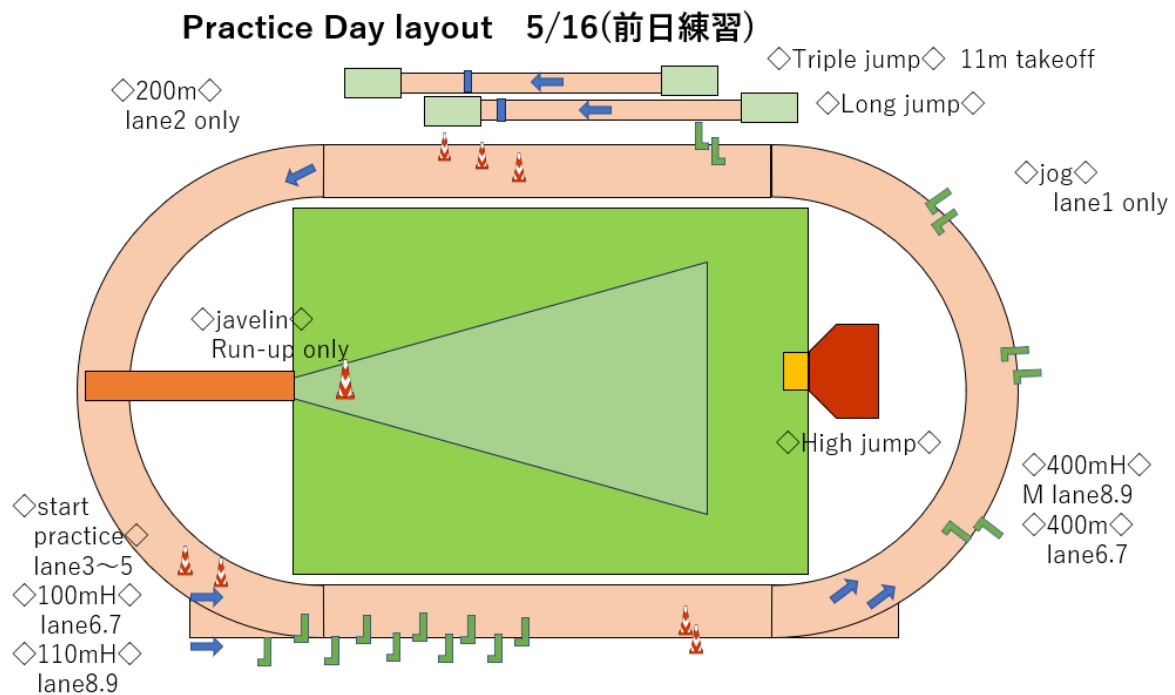
4階層でのウォームアップは
 大会当日のみ可能です。
 前日練習は使用不可となります



8. 練習場使用計画

Seiko Golden Grand Prix 2026 Practice and warm-up plan 練習場使用計画

- 5/16 **practice on the main stadium** 12:00~16:00
前日練習はメインスタジアム内で実施
No practice on the main stadium 16:00~17:00
(You can use only the indoor warm-up area 16:00~17:00)
16:00~17:00メインスタジアムでの練習不可。雨天（室内）練習場のみ練習可。
- 5/17 **warm up on the indoor warm-up area**
当日のウォーミングアップは雨天（室内）練習場で実施
warm-up area layout to be changed by events schedule
練習場は時間でレイアウトを変更して実施
only jogging at the corridor on the 4rd floor
ジョグは4階コンコースで実施



5/17 Warming-up area(ウォーミングアップエリア) ~12:50

Exit Call room (出入口・招集所)



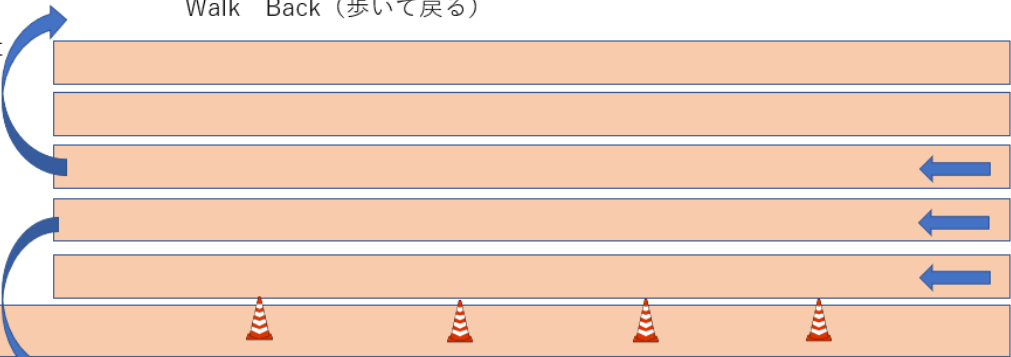
↑ Trainer area(トレーナーエリア)



①

Long sprint (流し)

Dash (ダッシュ)
Drill (ドリル)



Walk Back (歩いて戻る)



Wall (壁面)

5/17 Warming-up area(ウォーミングアップエリア) 12:50~13:15

Exit Call room (出入口・招集所)



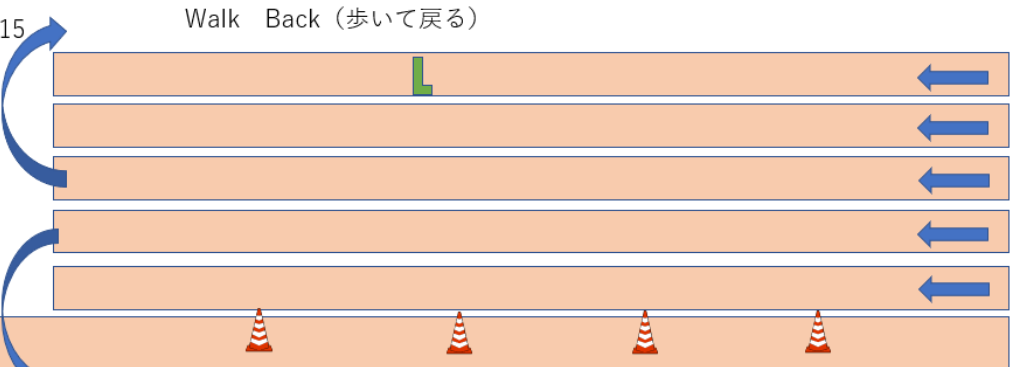
↑ Trainer area(トレーナーエリア)



②12:50~13:15

400mH

Dash (ダッシュ)
Drill (ドリル)



Walk Back (歩いて戻る)



Wall (壁面)

5/17 Warming-up area(ウォーミングアップエリア)

13:15~13:45

↑ Trainer area(トレーナーエリア)

Exit Call room
(出入り口・招集所)

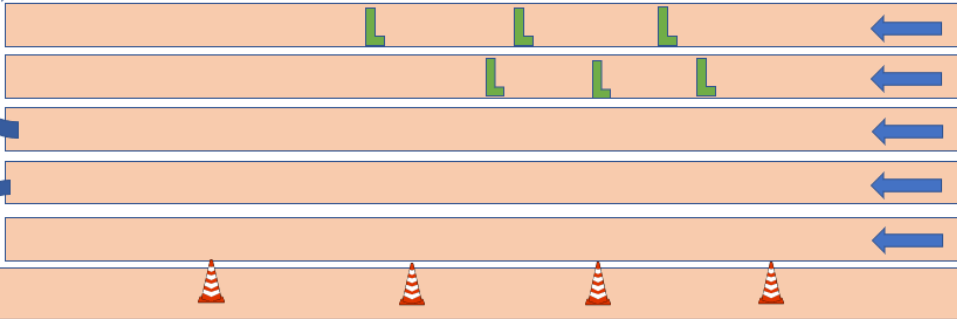


③13:15~13:45

Walk Back (歩いて戻る)

110mH
100mH

Dash
(ダッシュ)
Drill
(ドリル)



Walk Back (歩いて戻る)



Wa l l (壁面)

