

競技規則・第5部 200mトラック (ショート・トラック) 競技

TR 40
TR 41

TR 40. 400mトラック競技規則の

ショート・トラック競技への適用

競技規則・第5部および、壁で囲まれ、かつ屋根で覆われている施設で達成された記録は、TR17、29に記されている風力が要件となる規則を除いて、以下の競技規則で定められた内容以外は、400mトラックに適用される競技規則の第1部から第4部の競技規則（TR）が、200mトラック（ショート・トラック）で行われる競技にも適用される。

〔注釈〕

ショート・トラック（200mトラック）とは、1周200mまでのトラックを示す。

TR 41. ショート・トラック競技場

- 41.1 競技場は完全に壁で囲まれ、かつ屋根で覆われていても差し支えない。壁で囲まれ、かつ屋根で覆われている場合は、照明、暖房、換気設備が競技会運営を行う上で、満足のいく状態となるよう備え付けられていなくてはならない。
- 41.2 競技場は周回トラック走路、短距離およびハードル競走用の直走路、跳躍競技用の助走路と着地場所を含む。さらに砲丸投用のサークルおよび扇形の着地場所も、恒久的あるいは暫定的であれ用意する。全ての施設は WA 陸上競技施設マニュアルの仕様に適合していること。
- 41.3 全てのトラック走路、助走路または踏切場所の表面は、長さ6mmのスパイク・シューズに対応できる合成物質で覆われている必要がある。但し、トラック舗装材業者または競技場施設管理者は、最大9mmのスパイクの使用を認めることができる。（参照：競技用靴に関する規程 第11条）
ワールドランキングコンペティション定義1.(a)、(b)、(c)と2.(a)、(b)に該当するショート・トラック競技会は、WAによるショート・トラック競技施設認定を受けた施設で実施する。

ワールドランキングコンペティション定義1.(d)、(e)と2.(c)、(d)、(e)に該当する競技会も、このような施設で実施することが推奨される。

- 41.4 トラック走路、助走路、踏切区域に敷設されている合成舗装材の基礎は堅固なもの（たとえばコンクリートなど）あるいは懸架構造（梁の上に木板や合板を取り付けたもの）の場合は、特に弾むような箇所がないようにし、技術的に可能である限り、全ての走路は全体を通して均一な弾性を持たなくてはならない。競技会の前に、跳躍競技の踏切場所の弾性についてチェックしなければならない。

〔注意〕

弾むような箇所とは、競技者に特別な助力を与えるように意図的に設計、デザインされ、建設された箇所のこと。

〔注意〕

- i WA陸上競技施設マニュアルには、トラックの計測やマーキングのための図を含むショート・トラック競技場の構造や設計のための詳細や規定する仕様が含まれており、WA事務局あるいはWAウェブサイトからダウンロードにより入手可能である。
- ii WAの施設公認手続き方法をはじめ、申請のための標準書式や計測報告書書式は、WA事務局あるいはWAウェブサイトからダウンロードにより入手可能である。

適切な照明の不足は屋根付きの競技場で行われる競技会の共通の問題である。屋根で覆われた競技場は、競技の正確で公正な実施を可能にする照明を備えていなければならず、テレビの中継がある場合、照明レベルはより高くする必要がある。フィニッシュライン付近は写真判定装置のために追加の照明を必要とすることがある。

TR 42. 直走路（ショート・トラック）

400mトラック競技に適用される規則およびWA陸上競技施設マニュアル参照。

TR 43. 周回トラックおよびレーン（ショート・トラック） トラック

- 43.1 トラック1周の標準の長さは、200mとする（200mトラック）。トラックは、平行である二つの直走路と、同じ半径でかつ傾斜（バンク）してもよい二つの曲走路から構成される。トラックの内側は高さおよび幅50mmの適切な材質の縁石または幅50mmの白線で区分される。この縁石または白線の外側（右側）の端は、第1レーンの内側の端となる。縁石または白線の内側の端はトラック全体を通して水平でなければならない。この縁石または白線はトラックの傾斜部分の長さ全体にわたって傾斜や勾配を考慮し、傾斜面に沿って配置する。 〓

〔注意〕

全ての計測は TR14.2 に示されているように行わなければならない。

レーン

- 43.2 トラックは4レーン～6レーンとする。レーンの幅は右側のラインを含めて900mm～1m100とする。どのレーンも同じ幅でなければならない。所定の幅との誤差は±10mmまでとする。各レーンは幅50mmの白線で区切る。

バンク

- 43.3 曲走路における全てのレーンの傾斜度および直走路のレーンの傾斜度は、トラックのどの断面でも同じでなければならない。直走路は平坦あるいは内側のレーンに向かって最大100分の1（1%）の傾斜があってもよい。

直走路から傾斜した曲走路への水平移行を容易にするために、その場所は直走路の終わりからなだらかな勾配にし、直走路方向に伸ばすことができる。加えて垂直方向への変化も考慮される。

内側縁の表示

- 43.4 トラックの内側を白線で区分する時は、曲走路には必ず、直走路には必要があればコーンまたは旗を置く。コーンの高さは少なくとも150mmとする。旗の大きさは250mm×200mm、高さは少なくとも450mmとし、フィールド側に60度の角度

に倒すように立てる。コーンまたは旗は、その底の縁がトラックに最も近い白線の端になるように設置する。その間隔が曲走路では1 m 500、直走路で10 mを超えないように配置する。

〔注意〕

WAが直接主催するショート・トラック競技会では、内側に縁石を使用することを強く推奨する。

周回トラックは200mを超える場合があるが、200m以上の距離のレースの記録はショート・トラック記録としては公認されない。トップレベルの競技会を開催するには、6レーンあるほうが使い勝手が良い。周回トラックの理想的な幅は1mである。

旗またはコーンを置くときは、第1レーンの内側にある白線がそのレーンに含まれないということを考慮する必要がある（つまり白線の上に置くべき）。ショート・トラックで行われる競技会では、縁石でなくコーンを使用することが推奨される。

TR 44. 周回トラックのスタートおよびフィニッシュ (ショート・トラック)

44.1 標準的な傾斜のあるショート・トラックの構造とマーキングに関する詳細は、WA陸上競技施設マニュアルに記載されている。その中の基本的原則を以下に示す。

基本条件

- 44.2 レースのスタートラインおよびフィニッシュラインは、直走路ではレーンラインに直角に、また曲走路では半円を描く中心線上に、幅50 mmの白線で示す。
- 44.3 フィニッシュラインは距離の異なる種目であってもできる限り1カ所に設け、その場所は周回の直線部分におき、可能な限りフィニッシュ後の直線部分が長くなるようにする。
- 44.4 全てのスタートライン（直線、階段式、弧形）の最も基本となる設定条件として、競技者が許される中での最短距離を取った時に、全ての競技者の距離が同じでなければならない。
- 44.5 スタートライン（リレー競走のテイク・オーバー・ゾーンを含む）は、できる限り、もっとも大きな斜度の場所には設置

しない。

競走種目の実施方法

44.6 競走種目は以下のように行う。

- 44.6.1 300mまでのレースは最後までレーンを走る。
- 44.6.2 300mを超え800m未満の競走はレーンを使用してスタートし、第2曲走路の終わりに引かれたブレイクラインまではそのレーンを走る。
- 44.6.3 800mの競走のスタートは各競技者が各レーンに1名ずつ、またはレーンに最大2名を割り振って行うか、TR17.5.2に従い第1レーンと第4レーンを用いたグループスタートで行う。このような場合、各競技者が自分のレーンを離れたり、グループスタートの外側を走る競技者が内側のグループに合流したり出来るのは、第1曲走路の終わりのブレイクラインを過ぎた後とするが、もし二つの曲走路を自分のレーンで走るのであれば、第2曲走路終わりのブレイクラインを過ぎた後である。スタートラインは一本の曲線でもよい。

〔注意〕

- i ワールドランキングコンペティション定義1.(e)と2.(e)に該当する競技会においては、800mについては参加チームの合意によりレーンを使用しないで行うことができる。
 - ii 6レーン未満のトラックでは、6人での競走でグループスタートを用いてもよい。
- 44.6.4 800mを超える競走はレーンを用いず、円弧スタートまたはグループスタートによって行わなければならない。もしグループスタートを用いるなら、ブレイクラインは第1または第2曲走路の終わりに引かなければならない。

もし競技者がこの規則に従わない場合は失格となる。

ブレイクラインは各曲走路が終わる地点に弧を描くように引かれた幅50mmのラインで、第1レーンを除く全レーンを横切るように引く。競技者がブレイクラインを認識しやすいように、各レーンラインとブレイクラインが交差するすぐ手前

のレーンライン上に、50mm四方で高さ150mm以下のコーンか角柱、その他適当な目印を置く。コーンや角柱の色はブレイクラインやレーンラインの色と異なるものにすることが望ましい。

200 mトラックのスタートラインとフィニッシュライン

44.7 第1レーンのスタートラインは原則として直線上に設置する。そのスタートラインの位置は、もっとも外側のレーンのスタートライン（400 mのレース）がバンク傾斜度12度以下の位置になるように決める。

周回トラックにおける全てのレースのフィニッシュラインは、第1レーンに設けたスタートラインを延長し、各レーンラインに直角に引く。

トラックのマーキングに使用する色は、WA 陸上競技施設マニュアルに含まれるトラックマーキングプランに示される。

TR 45. トラック競技におけるレーンの抽選 (ショート・トラック)

45.1 ランキングや予選の組み合わせは TR20.3に従って作成する。

〔注意〕

i . 実施するラウンドの数や予選の数を決めるための表や、あらかじめ競技注意事項等で規定されていない場合や主催者が決めていない場合には、WAのウェブサイトに掲載されている組分け方法（テーブル）を使用してもよい。

ii . 〔国際〕 準決勝および決勝において棄権により空いたレーンについて、前ラウンドで当該ラウンドに進出する資格を獲得した競技者の次にランク付けされた者で補充することを、適用する規則で定めることができる。

45.2 一つの曲走路を全面的にあるいは部分的にレーンを用いる全ての種目で複数のラウンドが行われる場合、次の三つのレーン分けが行われる。

45.2.1 ランキングの上位2人の競技者または2チームが外側の2レーン。

45.2.2 3番目と4番目のランクの競技者またチームが次の内側の2レーン。

45.2.3 残りの競技者またはチームが内側に残ったレーン。

45.3 その他の種目の場合、レーン順は TR20.4.1～20.4.3、20.5に従って決定をする。

〔国内〕

種目別の参加数に応じた予選等での上位ラウンドへの進出の組分けは、以下の表を使用することを推奨する。主催者独自に定めた方法で行う際には、大会要項や競技注意事項等に詳細を明記する。

60 m、60 m H

ラウンド 参加数	一次予選			準決勝		
	組数	着順	上位 記録者	組数	着順	上位 記録者
9 - 16	2	3	2			
17 - 24	3	2	2			
25 - 32	4	3	4	2	4	
33 - 40	5	4	4	3	2	2
41 - 48	6	3	6	3	2	2
49 - 56	7	3	3	3	2	2
57 - 64	8	2	8	3	2	2
65 - 72	9	2	6	3	2	2
73 - 80	10	2	4	3	2	2

200 m、400 m、800 m、4 × 200 m、4 × 400 m

ラウンド 参加数	一次予選			二次予選			準決勝		
	組数	着順	上位 記録者	組数	着順	上位 記録者	組数	着順	上位 記録者
7 - 12	2	2	2						
13 - 18	3	3	3	2	3				
19 - 24	4	2	4	2	3				
25 - 30	5	2	2	2	3				
31 - 36	6	2	6	3	2				
37 - 42	7	2	4	3	2				
43 - 48	8	2	2	3	2				
49 - 54	9	2	6	4	3		2	3	
55 - 60	10	2	4	4	3		2	3	

1,500m

ラウンド 参加数	一次予選			準決勝		
	組数	着順	上位 記録者	組数	着順	上位 記録者
12 - 18	2	3	3			
19 - 27	3	2	3			
28 - 36	4	2	1			
37 - 45	5	3	3	2	3	3
46 - 54	6	2	6	2	3	3
55 - 63	7	2	4	2	3	3

3,000m

ラウンド 参加数	予選		
	組数	着順	上位記録者
16 - 24	2	4	4
25 - 36	3	3	3
37 - 48	4	2	4

トラックのレーン構成が異なる場合、使用するテーブルは、競技会の特定の技術規定に適合するか、技術代表または主催者によって適合される必要がある。

TR 46. 欠番

TR 47. ハードル競走（ショート・トラック）

47.1 標準の距離は直走路トラックで50mまたは60mとする。

47.2 各レースにおけるハードルの配置は次の通りとする。

	男 子			女 子		
区 分	U18	U20	一 般	U18	U20	一 般
ハードルの高さ	914mm	991mm	1m067	762mm	838mm	
レースの距離	50m/60m					
ハードルの台数	4 台 / 5 台					
スタートから 第1ハードルまで	13m720			13m		
ハードル間の距離	9m140			8m500		
最後のハードルから フィニッシュラインまで	8m860/9m720			11m500/13m		

TR 48. リレー競走(ショート・トラック)

リレー競走の実施

- 48.1 4×200mの場合、全ての第1走者と第2走者の第1曲走路において TR44.6に述べたブレイクラインの手前までは、各自のレーンを走る。第2、第3、第4走者は、各走者のテイク・オーバー・ゾーンの外側から走り出してはならず、ゾーンの中から走り出さなければならない。
- 48.2 4×400mと4×400m男女混合の場合、TR44.6.2に従う。
- 48.3 4×800mの場合、TR44.6.3に従う。
- 48.4 4×200mの第3・第4走者は、審判員の指示に従い、前走者が最終周回に進入した順序で、内側より並び待機する。その後、待機している走者はこの順序を維持しなくてはならず、バトンを受け取るまで入れ替わることは認められない。この規則に従わなければ、そのチームは失格となる。
- 48.5 4×400m、4×400m男女混合、4×800mの第2、第3、第4走者は審判員の指示に従い、前走者がフィニッシュラインを通過して最終周回に進入した順序で、内側より並び待機する。その後、待機している走者はこの順序を維持しなくてはならず、バトンを受け取るまで入れ替わることは認められない。この規則に従わなければ、そのチームは失格となる。

〔注意〕

ショート・トラックのリレー競走は狭いレーンのため、400mトラックのリレー競走よりも衝突や意図しない妨害がとても生じやすい。それ故、可能ならば空きのレーンが各チームの間にあることが望ましい。例えば、第1、第3、第5レーンはレースに使用し、第2、第4、第6レーンはレースに使用しない。

走っているチームの競技者の妨げにならないように、待機している競技者は担当役員の指示に従ってトラックの外側に順番に並べられ、最後のチームの競技者がフィニッシュラインを通過した後でのみ、トラック上の最終待機位置へ誘導される。

TR 49. 走高跳（ショート・トラック）

助走路および踏切場所

- 49.1 移動式の助走用マットを使用する場合は、踏切場所の水平に関する規則に関しては、助走路用マットの上部表面が水平かどうかで解釈する。
- 49.2 助走路の最後の15 mが TR27.3～27.5に適合していれば、競技者は周回トラックの傾斜面から助走を開始してもよい。

TR 50. 棒高跳（ショート・トラック）

助走路

助走路の最後の40 mが TR28.6、28.7に適合していれば、競技者は周回トラックの傾斜面から助走を開始してもよい。

TR 51. 長さの跳躍（ショート・トラック）

助走路

助走路の最後の40 mが TR29.1、29.2に適合していれば、競技者は周回トラックの傾斜面から助走を開始してもよい。

TR 52. 砲丸投（ショート・トラック）

着地場所

- 52.1 着地場所は砲丸の痕跡がつき、一方でそのはずみが最小となるような材質とする。
- 52.2 観客、競技役員、競技者の安全を確保するために、必要に応じて、サークルの直近から着地区域の遠位端と両側は防止柵あるいは防護ネットで囲われていなければならない。飛んでくる砲丸や着地場所でバウンドした砲丸を止めるために十分なネットの高さは最低4mとする。
- 52.3 競技エリアのスペースが限定される場合、防止柵によって囲まれた場所は34.92度の扇形全部を含む広さでなくてもよい。そのような場合は、以下の条件を適用する。
- 52.3.1 サークルから投げる方向の側の防止柵は、男女の世界記録より最低500mm離れた場所に設置する。
- 52.3.2 両側の扇形ラインは、34.92度の扇形の中心線と左右対

称にする。

- 52.3.3 扇形ラインをサークル中心から34.92度の角度で放射状に、着地場所の幅が少なくとも9mになるまで引く。そこからは着地場所の中心線と平行になるように引く。

両側のストップバリア／プロテクションネットは、サークルから8m以内に位置し、ネットの高さは少なくとも6mとすることを推奨する。

砲丸の構造

- 52.4 着地場所（TR52.1参照）の構造によって、砲丸は硬い金属か、金属をかぶせたもの、あるいは適切な詰め物をした軟らかいプラスチックまたはラバーで覆ったものとする。両タイプの砲丸を同一の競技会で使用することは認められない。

硬い金属または金属をかぶせた砲丸

- 52.5 これらの砲丸は屋外の砲丸投に関するTR33.4、33.5の仕様と同一とする。

プラスチックまたはラバーで覆った砲丸

- 52.6 砲丸はフロアに落ちた時でもフロアに損傷が生じないように、軟らかいプラスチックかラバーで覆う。砲丸は球形で、その表面の仕上げは滑らかであるものとする。
表面の平均的な荒さは $1.6\mu\text{m}$ 以下、即ちラフネスナンバーN7以下でなければならない。

- 52.7 砲丸は以下の規格とする。

砲 丸	3kg	4kg	5kg	6kg	7.26kg
競技会で許可され記録が公認される最小重量	3.000kg	4.000kg	5.000kg	6.000kg	7.260kg
直 径	85 mm ～ 120 mm	95 mm ～ 130 mm	100 mm ～ 135 mm	105 mm ～ 140 mm	110 mm ～ 145 mm

TR 53. 混成競技（ショート・トラック）

男子 U18、U20、一般（五種競技）

- 53.1 男子五種競技は5種目からなり、1日で次の順序で行う。

60mハードル、走幅跳、砲丸投、走高跳、1,000m

男子 U18、U20、一般（七種競技）

53.2 男子七種競技は7種目からなり、連続する48時間以内に次の順序で行う。

第1日 60m、走幅跳、砲丸投、走高跳

第2日 60mハードル、棒高跳、1,000m

女子 U18、U20、一般（五種競技）

53.3 女子五種競技は5種目からなり、1日で次の順序で行う。

60mハードル、走高跳、砲丸投、走幅跳、800m

組とグループ

53.4 4人以上が好ましいが、3人未満で競技させないよう競技者を組み分ける。