

## 2025年度競技規則修改正のポイント

2025年2月15日  
日本陸上競技連盟  
競技運営委員会

1

### 競技規則等の入手方法

- WAの競技規則等の開示
  - 紙ベースのルールブック（COMPETITION AND TECHNICAL RULES）廃止
  - 全て WAのWebサイト（ホームページ）を通じて
- JAAFの競技規則等の開示方法
  - 紙ベースの「ルールブック」およびJAAFのWebサイト（ホームページ）

3

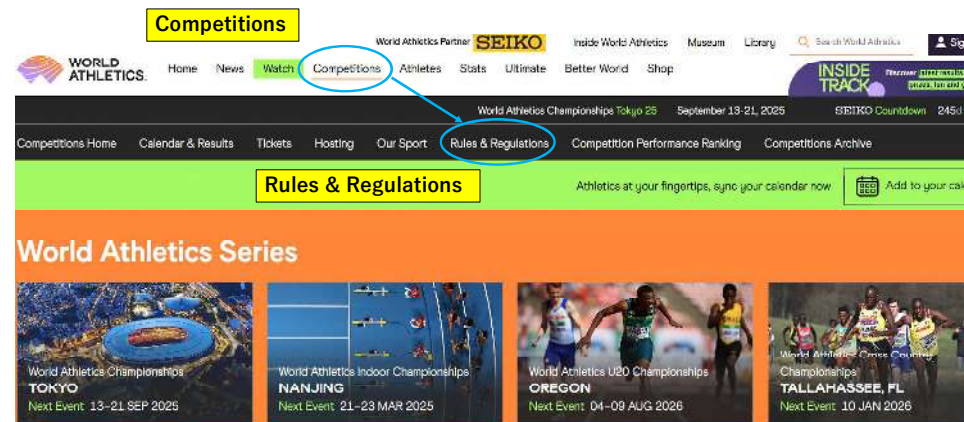
### 競技規則等の入手方法

2

### 競技規則等の入手方法

- WAのWebサイト①

<https://worldathletics.org>



4

## 競技規則等の入手方法

### ●WAのWebサイト②

The screenshot shows the World Athletics website with several key sections highlighted in yellow boxes:

- Constitution & Book of Rules**: Located in the top left navigation menu.
- Rules & Regulations**: Located in the top center navigation menu.
- Technical Information**: Located in the top right navigation menu.

Below the navigation, the main content area is divided into three columns:

- Book of Rules**: Contains a table of contents with links for 'BOOK A: THE CONSTITUTION', 'BOOK B: ORGANISATION', and 'BOOK C: COMPETITION'.
- Technical Information**: Contains a table of 'COMPARATIVE TECHNICAL RULE CHANGES' with columns for 'TITLE', 'VERSION', 'ISSUE DATE', 'FORMAT', and 'DOWNLOAD'.

## 競技規則等の入手方法

### ●WAのWebサイト③

The screenshot shows a detailed view of the 'Book of Rules' and 'Technical Information' sections. The 'Book of Rules' section includes a table with columns for 'TITLE', 'VERSION', 'ISSUE DATE', 'FORMAT', and 'DOWNLOAD'. The 'Technical Information' section includes a table with columns for 'TITLE', 'VERSION', 'ISSUE DATE', 'FORMAT', and 'DOWNLOAD'.

BOOK B: ORGANISATION	BOOK C: COMPETITION	MANUALS & GUIDELINES
	C1.1 & C2.1 - Competition Rules & Technical Rules	Competition Manipulation Manual List
	C2.1.A - Athletics: New Regulations (effective from 01 January 2022)	Technical Delegates Guidelines
	C2.1.B - Mechanical Aids Regulations	Starting Guidelines
	C1.2 - World Athletics Series Regulations	Photo Finish Guidelines
	C1.2 WAS Regulations Appendix 1 - International Delegates & Officials	Video Recording and Video Review Guidelines
	C1.2 WAS Regulations Appendix 2 - Technical Accommodation & Awards	International Technical Officials (ITOs) Guidelines
	C1.2 WAS Regulations Appendix 3 - Entries & Deadlines	Track and Field Facilities Manual 2019 Edition - Chapters 1-3
	C1.2 WAS Regulations Appendix 4 - Table of Subsidies - Team	Track and Field Facilities Manual 2008 Edition - Chapters 4-6

## 競技規則等の入手方法

### ●WAのWebサイト④

#### Technical Information

➢ 投てき物WA認証品リスト

The screenshot shows the 'CERTIFICATION SYSTEM' section of the World Athletics website. It includes a table with columns for 'TITLE', 'VERSION', 'ISSUE DATE', 'FORMAT', and 'DOWNLOAD'.

TITLE	VERSION	ISSUE DATE	FORMAT	DOWNLOAD
CERTIFICATES - Certified Competition Throwing Implements		01 FEB 2025	PDF	EN

➢ 競技用靴WA認証品リスト

The screenshot shows the 'ATHLETIC SHOES' section of the World Athletics website. It includes a table with columns for 'TITLE', 'ABSTRACT', 'last modified', 'FORMAT', and 'DOWNLOAD'.

TITLE	ABSTRACT	last modified	FORMAT	DOWNLOAD
List of approved athletic shoes - certcheck.worldathletics.org		20 APR 2024	PDF	EN

競技用靴チェックシステム

<https://certcheck.worldathletics.org>

## 競技規則等の入手方法

### ●JAAFのWebサイト①

<https://www.jaaf.or.jp>

#### 委員会情報

The screenshot shows the JAAF website with the '委員会情報' (Committee Information) section highlighted in a yellow box. The page features a large banner for the '国立競技場' (National Stadium) and a sidebar with news and events.

## 競技規則等の入手方法

### ●JAAFのWebサイト②

The screenshot shows the JAAF website with several callouts:

- 委員会情報**: Points to the '委員会情報' (Committee Information) section in the top navigation bar.
- 各種規程・ガイドライン等**: Points to the '各種規程・ガイドライン等' (Various Regulations, Guidelines, etc.) section in the main content area.
- 競技運営委員会**: Points to the '競技運営委員会' (Competition Management Committee) link in the left sidebar.
- ルール・ハンドブック**: Points to the 'ルール・ハンドブック' (Rules Handbook) link in the main content area.

9

## 競技規則等の入手方法

### ●JAAFのWebサイト③

The screenshot shows the JAAF website with two callouts:

- 委員会情報**: Points to the '委員会情報' (Committee Information) section in the top navigation bar.
- 競技運営委員会**: Points to the '競技運営委員会' (Competition Management Committee) link in the left sidebar.

10

## 競技規則修改正のタイミング

### ●WAの競技規則修改正のタイミング

- 従前は：(基本) 毎年8月のCouncil (評議会) で決定、11月～実施
- 最近は：年3回程度行われるCouncil (評議会) の都度決定。即時実施が多い  
軽微なものや運用に関しては不定期に Circular (通達) で

### ●JAAFの競技規則修改正の流れ・タイミング

- 2月 全国競技運営責任者運営会議
- 3月 理事会
- 4月～ 実施

⇒ WAの修改正タイミングとJAAF修改正タイミングに「ズレ」あり

## 2025年度修改正案 概要

11

12

## 2025年度修改正 競技会規則【CR】

### • CR22.6 スタート時のスターターと審判長の役割の明確化

- ・スターター：不正スタートの判断
- ・審判長：スタート時における不適切行為の判断

13

## 2025年度修改正 競技会規則【CR】

### • CR25.4 結果に用いる略号の使い方

“ r ”：試技放棄・離脱

(背景) 混成競技で途中で棄権したにもかかわらず、得点表に  
“ r ”を記載するケースあり。正しくは“DNF”

(修改正前) フィールド競技・混成競技

↓

(修改正後) **フィールド種目** (含む、混成競技のフィールド種目)

14

## 2025年度修改正 競技会規則【CR】

### • CR32およびCR34 世界記録・日本記録の対象種目の変更

#### 【競歩競技】

- TR54.1にて競歩競技の標準となる距離が変更されることによるもの

(2026/1～追加)

- ✓トラック ハーフマラソン (21,097.5m) ・マラソン (42,195m)
- ✓道路 ハーフマラソン (21km0975) ・マラソン (42km195)

15

## 2025年度修改正 競技会規則【CR】

### • CR34.4.6 競歩競技の日本記録認定要件

(修改正前) 少なくとも1人のJRWJ以上の資格を持った競歩審判員が  
競技中歩型の判定を行い、日本記録申請書に署名

↓

(修改正後) 少なくとも**3人**のJRWJ以上の資格を持った競歩審判員が  
競技中歩型の判定を行い、日本記録申請書に署名

16

## 2025年度修改正 競技会規則【CR】

### • CR34.10〔注意〕 日本記録の記号①

(背景)

WAは2024年1月から各国のナショナルレコードはWRk大会でマークされた記録のみを新たに認定(Circularで通知)

JAAFは非WRk大会でマークされた記録も日本記録と認定することに変更なし

このためWAが認める記録とJAAFが認める記録が一致しないケースが発生

17

## 2025年度修改正 競技会規則【CR】

### • CR34.10〔注意〕 日本記録の記号②

(WAが認める記録とJAAFが認める記録が一致しないケース)

女子800m 久保凜 1'59"93 (2024.7.15 / 非WRk競技会)

不一致!

18

## 2025年度修改正 競技会規則【CR】

### • CR34.10〔注意〕 日本記録の記号③

(修改正) 2024年1月以降の記録で、非WRk競技会でマークされた日本記録がWRk競技会でマークされた記録を上回る場合には、以下の略号を付けて区別

(それ以前の記録で、引続き日本記録であるものには略号なし)

(W) : WRk競技会でマークされた日本記録

(J) : 非WRk競技会でマークされた日本記録

【例】 女子800m (W) 2'00"45 杉森美保 (2005.6.5)  
(J) 1'59"93 久保凜 (2024.7.15)

19

## 競技規則【TR】

### • TR8 抗議と上訴

(修改正)〔注釈〕 上訴を行うことができるのは、 Jury が置かれている競技会のみ

### • TR8.6 フィールド競技で現場抗議が行われた際 (TR8.5) の記録の扱い

(現状)〔国際〕... その抗議が認められれば競技を続けることができないはずの別の競技者も競技を続けることが認められた場合、抗議の扱いがどうなったかに関わらず、競技継続が認められた競技者の記録や最終成績は有効

(修改正)〔国内〕 TR8.5を適用した場合は、当規則も適用

20



## 競技規則【TR】

### • TR11.4〔国内〕 上位大会進出のため追加試技を行った際の記録の扱い

(背景)

- 高さを競う競技で、上位大会出場枠が6名であるのに対して、6位までの選手が7名以上いた場合、上位大会進出者6名を決めるために追加試技を行うケースあり。
- 第1位以外の順位は「同成績者は同順位」とするため（TR26.8）、追加試技の順位は本試技の順位には無関係だが、これまで追加試技の記録の扱いが明示されず。

(修正)

- 上位大会出場者の選出方法は主催者判断。抽選、追加レース、追加試技のいずれでも可
- 追加レースや追加試技で達成された記録は、当該競技会での順位決定とは無関係であるが、個人（チーム）の最高記録、ランキング、参加標準記録といった目的では有効なものとして取り扱われる。

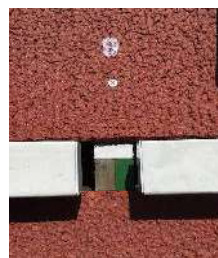
21

## 競技規則【TR】

### • TR14.1〔注意〕 曲走路と直走路の変わる位置のマーク

(修正)

- TR17.3.3、17.3.4への対応  
(直走路部分で内側に入った・踏んだ、曲走路部分で内側に入った・踏んだ)
- コーナーの入口・出口で曲走路から直走路、直送とから曲走路に変わる位置がわかるように、そのポイントのトラック内側にコーンを設置する（第一コーナーは除く）



22

## 競技規則【TR】

### • TR17.5.1〔国内〕 500m・600mの競技方法

- 2024年度より国内の「記録公認対象」種目となった両種目の競技方法を明示（昨年度の全国競技運営責任者会議にて説明済）

【500m競走】

- ・完全セパレートレーンで実施
- ・第二曲走路に100mのスタートラインを基準とした階段スタートラインを設定。
- ・実施できるのは、スタート位置の標識が設置されている競技場に限る。

【600m競走】

- ・セパレートレーンでスタートし、途中からオープンレーンで実施
- ・第二曲走路に400mと同様の階段スタートラインを対称的に設定。スタート位置は、メドレーリレーの2走のスタート位置
- ・300mまでは（曲走路を2回走るまでは）セパレートレーンとし、通常の800m競走のブレイクラインからオープンレーン。
- ・メドレーリレーの1走のスタート位置の標識が設置されている競技場に限る。

23

## 競技規則【TR】

### • TR17.12〔国内〕 風力計測

- 2024年度より国内の「記録公認対象」種目となった150mの風力計測時間を明示

(現状)            55m            5秒間  
                      55mハードル   5秒間

(修正)            55m            5秒間  
                      55mハードル   5秒間

                      150m           10秒間（計測方法は200mと同じ）

24

## 競技規則【TR】

### • TR17.15.3 トラック競技における給水・スポンジ

(現状) 競技者はいつでも、スタート地点や主催者が設置した供給所で受取った水や飲食物を手を持ちたり身体につけたりして持ち運んでもよい。



(修改正) 競技者は、**スタート地点から持ち込んだり**、主催者が設置した**供給所で受取ったりした水や飲食物を**、いつでも手を持ちたり身体につけたりして競技を行っても良い。

25

## 競技規則【TR】

### • TR20.2.3〔国際〕 トラック競技における予選の番組編成

(現状) 番組編成にあたってはできるだけ全競技者の成績を考慮し、もっともよい記録を持っている競技者が決勝に残れるように編成することが望ましい。



(修改正) 予選ラウンドが実施される際の組編成にあたってはできるだけ全競技者の成績を考慮し、**もっともよい記録を持っている競技者が決勝に残れるように編成することが望ましい。**

可能な限り**同じ加盟団体またはチームの競技者だけでなく、ランキングの上位記録を持つ競技者が予選の同じ組に入らないようにすることも含まれる。**

こうした**組合せの調整は、番組編成の原案が出た直後に、レーンを決める前に行う必要がある。**

こうした変更を行った後、**各組のレベルが可能な限り均等になっているか最終チェックを行う。**

26

## 競技規則【TR】

### • TR20.3 ランキングと予選の組み合わせ①

#### TR20.3.1

(現状) 最初のラウンドにおいて、競技者は予め決められた期間内に達成された当該種目の有効な記録のリストから、または適用される規定によって、シードを決定し、ジグザク配置によって予選の組を決める。



(修改正) 最初のラウンドにおいて、競技者は予め決められた期間内に達成された当該種目の有効な記録のリストから、または適用される規定によって、シードを決定し、**順位付けを行う。**

#### TR20.3.2

予選ラウンド等を行った場合、次のラウンドの組の編成は前のラウンドの成績によって行う。

#### TR20.3.3

TR20.3.1, 20.3.2のどちらも（最初のラウンドもそれ以降のラウンドも）それぞれ順位付けを行ない**競技者をジグザクに配置**する。

27

## 競技規則【TR】

### • TR26.9.5〔国内〕 **上位大会出場枠決定のための試技方法（高さを競う跳躍）**

(背景) IH予選などで、上位大会進出枠の人数が決まっているのに同順位競技者が複数いて進出枠数を超える場合、上位大会進出者をどのように決めるか。上位大会進出のための「別競技会」扱いとして、対象者で試技を行っているケースもあるが、競技方法については競技規則に定めていない。

(他種目) 長さを競う種目：通常6回試技で「順位が明確」  
トラック種目：「抽選」「追加レース」



(修改正) 〔国内〕上位大会出場者の最終順位に同順位の競技者がいた場合、その出場者の決定にあたっては、**1位決定のジャンプオフ方式を適用することができる。**

⇒ **主催者判断で「抽選」でも「3回試技」でも「ジャンプオフ」でも可**  
(競技注意事項に明記)

28

## 競技規則【TR】

### • TR29.9 長さを競う跳躍競技の計測位置

(現状) 跳躍の計測は有効試技終了後、直ちに行わなければならない。  
跳躍距離は、身体の一部または身に付けていたものが着地場所に残した痕跡の踏切線に最も近い箇所から、踏切線までを計測。



(修改正) 跳躍の計測は有効試技終了後、直ちに行わなければならない。  
跳躍距離は**身体の一部または着地する瞬間に身に付けていたもの**が着地場所に残した痕跡の踏切線に最も近い箇所から、踏切線までを計測。

(例) LJで、ジャンプを行った際に腕時計が外れて砂場に落ちたが、身体はその先の砂場に正しく着地した

⇒ 計測する場所は  
 ×：腕時計が落ちた場所  
 ○：身体が着地した場所

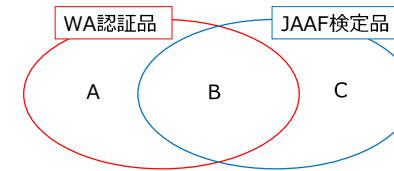
## 競技規則【TR】

### • TR32.1(国内) WRk競技会で使用する投てき物①

➤ WAルールとJAAFルールの平仄の問題

- ✓JAAF：国内競技会で使用する投てき物は「JAAF検定品」でなければならない
- ✓WA：WRkで使用する投てき物はWAの認証品のみとする

⇒国内で行われるWRkで「WA認証品だが、JAAF非検定品」をどう扱うか



	A	B	C
WA認証品	○	○	×
JAAF検定品	×	○	○

## 競技規則【TR】

### • TR32.1(国内) WRk競技会で使用する投てき物②

(現状) ワールドランキングコンペティションではWA認証品のみを使用する。  
但し、WA認証品かどうかの証明は、持込んだ競技者が行う。



(修改正) ワールドランキングコンペティションでは**本連盟検定品かつWA認証品のみ**を使用する。但し、WA認証品かどうかの証明は、持込んだ競技者が行う。

【前ページの図「B」に合致するもの】

<参考> WA認証品か否かのチェック方法

①個別投てき物の印字・貼られたシール



②WAのWebサイト掲載のリスト

<https://worldathletics.org/about-iaaf/documents/technical-information>

## 競技規則【TR】

### • TR32.1(国内) WRk競技会で使用する投てき物③

World Athleticsの「Technical Information」ページ。CERTIFICATION SYSTEMセクションの「CERTIFIED PRODUCTS」テーブルが示されています。

ID	NAME	WEIGHT	LENGTH	DATE
1	...	...	...	...
2	...	...	...	...
3	...	...	...	...
4	...	...	...	...
5	...	...	...	...
6	...	...	...	...
7	...	...	...	...
8	...	...	...	...
9	...	...	...	...
10	...	...	...	...
11	...	...	...	...
12	...	...	...	...
13	...	...	...	...
14	...	...	...	...
15	...	...	...	...
16	...	...	...	...
17	...	...	...	...
18	...	...	...	...
19	...	...	...	...
20	...	...	...	...
21	...	...	...	...
22	...	...	...	...
23	...	...	...	...
24	...	...	...	...
25	...	...	...	...
26	...	...	...	...
27	...	...	...	...
28	...	...	...	...
29	...	...	...	...
30	...	...	...	...



## 競技規則【TR】

### • TR37.4(注意) ハンマー投の可動パネルに関連して

(現状) 左側の可動パネルは**右投げ**の競技者、右側のパネルは**左投げ**の競技者のために使用される。右投げ、左投げ両方の競技者が参加している競技会で、一方の可動パネルと他方のパネルを動かす必要がある場合、…



(背景) 競技者や監督・コーチ等の中に、「右投げ」「左投げ」の意味が正確に理解されていないケースが散見される



(修正) 左側の可動パネルは**反時計回り**で投げる競技者、右側のパネルは**時計回り**で投げる競技者のために使用される。反時計回り、時計回りの両方の競技者が参加している競技会で、一方の可動パネルと他方のパネルを動かす必要がある場合、…

33

## 競技規則【TR】

### • TR41.3 ショートトラック競技場で使用できるスパイクピンの長さ

(現状) 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6 mm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。



(修正) 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6 mm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**。

(参考) ・競技用靴に関する規程

- §11.3 HJとJTを除きスパイクピンの長さは9mm（屋内6mm）以下
- ・ショートトラックは屋内とは限らない（1周200mまでのトラック）（TR40）

34

## 競技規則【TR】

### • TR54.4.1 競歩競技の標準となる距離

(2025.12.31まで)

400mトラック：5,000m、10,000m、20,000m、35,000m、50,000m  
道路のコース：10km、20km、35km、50km



(2026.1.1から)

400mトラック：5,000m、10,000m、**ハーフマラソン (21,097.5m)**、**マラソン (42,195m)**、50,000m  
道路のコース：10km、**ハーフマラソン (21.0975km)**、**マラソン (42.195km)**、50km

35

## 競技規則【TR】

### • TR54.7.3 ペナルティゾーンでの待機時間

(2025.12.31まで)

距離（その長さを含む）	時間
5,000m・5km まで	30 秒
10,000m・10km まで	1 分
20,000m・20km まで	2 分
30,000m・30km まで	3 分
35,000m・35km まで	3 分 30 秒
40,000m・40km まで	4 分
50,000m・50km まで	5 分



(2026.1.1から)

距離（その長さを含む）	時間
5,000m・5km まで	30 秒
10,000m・10km まで	1 分
<b>ハーフマラソン</b>	<b>2 分</b>
30,000m・30km まで	3 分
<b>マラソン</b>	<b>4 分</b>
50,000m・50km まで	5 分

36

## WRkと競技規則

### WRk対象競技会定義②

- **ワールドランキングコンペティション定義②**

2. エリア陸連が開催または認可する競技会
  - a. エリア選手権
  - b. エリア内選手権
  - c. 参加者が単一のエリアに限定された総合競技大会の陸上競技プログラム
  - d. 一日開催の大会、サーキットとラベルロードレース
  - e. 国際対抗競技会（単一エリアからの参加者）

3. 加盟団体（各国陸連）が開催または認可する競技会:

- a. 各加盟団体選手権大会  
（世界陸上競技選手権大会および世界室内陸上競技選手権大会に含まれる種目）
- b. WAの競技会規則（CR）および競技規則（TR）に従って開催され、WAによって定められた条件に従い、加盟団体が特定するその他の国内大会

⇒ 国内で開催されるWRkのほとんどが、この「3.」の競技会

### WRk対象競技会定義①

- **ワールドランキングコンペティション定義①**

(WA:GENERALLY APPLICABLE DEFINITION 参照)

WRk : **World Ranking Competitions**

1. WAが開催または認可する競技会:
  - a. ワールド・アスレティックス・シリーズ（WAS）
  - b. オリンピック競技大会
  - c. 複数エリアからの参加者による総合競技大会の陸上競技プログラム
  - d. 一日開催の大会、サーキットとラベルロードレース
  - e. 複数エリアからの参加者による国際競技会

### WRk 競技会カテゴリー

<https://worldathletics.org/world-ranking-rules/basics>

- 大会カテゴリーに応じて、ランキング計算時のポイントが異なる

大会カテゴリー	競技会の例
OW	オリンピック/世界選手権
DF	ダイヤモンドリーグ ファイナル
GW	世界室内/ダイヤモンドリーグ・世界ロード/ブラチナラベルマラソン 例：ブラチナラベルマラソン（東京/大阪国際/名古屋）
GL	アジア選手権・混成ツアーゴールド（ゲティス・タレンス大会のみ）
A	各種ツアーゴールド（CT/混成/競歩クロカン/ゴールドラベルマラソン） 例：アジア大会/セイコーゴールドGP/ゴールドラベルマラソン（福岡国際/大阪）
B	各種ツアーシルバー/ワールドエビエティゲームズ/ 国内選手権例：日本選手権
C	各種ツアーブロンズ（CT/混成/競歩/クロカン/エリートラベルマラソン） 例：織田記念大会、木南記念大会、静岡国際大会、Yogibo Athletics Challenge Cup
D	CTチャレンジャー 例：日本グランプリシリーズG2加盟大会（兵庫RC/エディオンDCなど）
E	国別対抗戦・国際競技会・各国陸連が指定した国内競技会 例：日本グランプリシリーズG2加盟大会（Dカテゴリー以外）など
F	各国国内WRk対象公認競技会

## WRk競技会定義と競技会カテゴリーの関係

(例) 2024年競技会

- セイコーゴールデンランプリ
  - 競技会定義 : 1-d
  - 競技会カテゴリー : A
- 日本陸上競技選手権 (日本選手権)
  - 競技会定義 : 3-a
  - 競技会カテゴリー : B
- 日本学生陸上対校選手権 (日本インカレ)
  - 競技会定義 : 3-b
  - 競技会カテゴリー : E
- 関東学生陸上対校選手権 (関東インカレ)
  - 競技会定義 : 3-b
  - 競技会カテゴリー : F

41

## WRk競技会での適用規則①

- 基本的な考え方
  - 競技会定義1, 2 : WA規則 (国際) 必須
  - 競技会定義3 : 一部を除き、加盟団体規則 (国内規則) でも可  
(WA規則の適用を妨げるものではない)
- 国内WRk競技会でも、WA規則〔国際〕適用が必要・注意が必要なもの①
  - 競技場
    - ✓ 2025年からはEカテゴリー以上の国内WRk大会は、WA認証クラス2以上が必要
  - 競技会開催申請・記録結果申請
    - ✓ 遅くとも60日前までに、実施種目、開催場所などの開催申請
    - ✓ 競技会終了後24時間以内に記録申請が必要

42

## WRk競技会での適用規則②

- 国内WRk競技会でも、WA規則〔国際〕適用が必要・注意が必要なもの②
  - 競技会規則 (CR) ・競技規則 (TR)
    - ✓ 〔国際〕適用の考え方
      - ・ 必ず適用しなければならないと明記のあるもの
      - ・ 〔国際〕と適用しないと、競技者にWA規則よりも多くの権利を与える (有利になる) もの

(例)

- CR10 国際道路コース計測員の任命
- TR4.3 同時申込 (不在時はパス扱い)
- TR32.1 投てき物 (JAAF検定品かつWA認証品のみ)
- TR39.8.4 混成競技のバーの上げ幅 (HJ:3cm、PV:10cm)

43