

2025 年度 日本陸上競技連盟競技規則 修改正案 <2025.2.15>

日本陸上競技連盟
競技運営委員会

(太字：修改正、追加、挿入 修改正前：削除 修改正前&修改正：移動)

【競技会規則 (CR)】

条文番号	修改正前	修改正																														
CR22.6	スターターまたはリコーラーはどのような不正でも確認したならば、…スターターに伝えなければならない。スターターはどの競技者に警告を与えるか、または失格とすべきか判断する。[参照 TR16.7、16.10]	スターターまたはリコーラーはどのような不正でも確認したならば、…スターターに伝えなければならない。スターターはどの競技者に警告を与えるか、または失格とすべきか判断する [参照 TR16.7、16.10]。 スタート時における不適切行為の判断は、審判長が行う [参照 TR16.5]。																														
CR25.4 表	r：試技放棄・離脱（フィールド競技→混成競技）	r：試技放棄・離脱（ フィールド種目 ）																														
CR32	（追加）	（2026 年 1 月 1 日から） <競歩> <table><tr><th></th><th>男子</th><th>女子</th><th>U20 男子</th><th>U20 女子</th><th>計時方法</th></tr><tr><td>ハーフマラソン（トラック）</td><td>○</td><td>○</td><td>—</td><td>—</td><td>写・手</td></tr><tr><td>ハーフマラソン（道路）</td><td>○</td><td>○</td><td>—</td><td>—</td><td>写・手 ト</td></tr><tr><td>マラソン（トラック）</td><td>○</td><td>○</td><td>—</td><td>—</td><td>写・手</td></tr><tr><td>マラソン（道路）</td><td>○</td><td>○</td><td>—</td><td>—</td><td>写・手 ト</td></tr></table>		男子	女子	U20 男子	U20 女子	計時方法	ハーフマラソン（トラック）	○	○	—	—	写・手	ハーフマラソン（道路）	○	○	—	—	写・手 ト	マラソン（トラック）	○	○	—	—	写・手	マラソン（道路）	○	○	—	—	写・手 ト
	男子	女子	U20 男子	U20 女子	計時方法																											
ハーフマラソン（トラック）	○	○	—	—	写・手																											
ハーフマラソン（道路）	○	○	—	—	写・手 ト																											
マラソン（トラック）	○	○	—	—	写・手																											
マラソン（道路）	○	○	—	—	写・手 ト																											
CR32 [注意]	男子の 30,000m 競歩の記録は、35,000m 競歩の初回認定記録が掲載された段階で削除する。 35,000m 競歩： 記録の初回認定は 2023 年 1 月 1 日とし、男子は 2 時間 22 分 00 秒以内、女子は 2 時間 38 分 00 秒以内の記録を対象とする。 35km 競歩： 記録の初回認定は 2023 年 1 月 1 日とし、男子は 2 時間 22 分 00 秒以内の記録を対象とする。 50,000m 競歩： 記録の初回認定は 2019 年 1 月 1 日以降とし、4 時間 20 分 00 秒以内の記録を対象とする。	ハーフマラソン競歩： 記録の初回認定は 2026 年 1 月 1 日とし、最初の世界記録認定にあたり、必要となる最低限の記録は 2025 年に公表される。 男子の 30,000m 競歩の記録は、35,000m 競歩の初回認定記録が掲載された段階で削除する。 35,000m 競歩： 記録の初回認定は 2023 年 1 月 1 日とし、男子は 2 時間 22 分 00 秒以内、女子は 2 時間 38 分 00 秒以内の記録を対象とする。 35km 競歩： 記録の初回認定は 2023 年 1 月 1 日とし、男子は 2 時間 22 分 00 秒以内の記録を対象とする。 マラソン競歩： 記録の初回認定は 2026 年 1 月 1 日とし、最初の世界記録認定にあたり、必要となる最低限の記録は 2025 年に公表される。 50,000m 競歩： 記録の初回認定は 2019 年 1 月 1 日以降とし、4 時間 20 分 00 秒以内の記録を対象とする。																														
CR34.4.6	競歩競技の日本記録については、少なくとも一人の JRWJ（日本陸連競歩審判員）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しなければならない。	競歩競技の日本記録については、少なくとも 3 人 の JRWJ（日本陸連競歩審判員）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しなければならない。																														
CR34.10 [注意]	（追加）	vii 競歩競技のハーフマラソン、マラソンの日本記録の初回認定は 2026 年 12 月 31 日とする。 vi WA は 2024 年から各国のナショナルレコード（日本記録）は WRk 大会でマークされた記録のみを新たに認定することに伴い、2024 年以降、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する。 (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																														

【競技規則（TR）】

各章番号	修改正前	修改正
TR8	—	〔注釈〕 上訴を行うことができるのは、ジュリーが置かれている競技会のみである。
TR8.2	競技の結果または競技実施に関する抗議は、その種目の結果の正式発表後 30 分以内に行わなければならない。	競技（ラウンド）の結果または競技実施に関する抗議は、その競技（ラウンド）の結果の正式発表後 30 分以内に行わなければならない。
TR8.6	〔国際〕 フィールド競技において現場で抗議（競技中の抗議）が行われ、抗議中として競技を行なう競技者がいる場合、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となる。	〔国際〕 フィールド競技において現場で抗議（競技中の抗議）が行われ、抗議中として競技を行なう競技者がいる場合、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となる。 〔国内〕 TR8.5 を適用した場合は、当規則も適用する。
TR11.4 〔国内〕	—	上位大会出場の出場者を決める際に同順位が複数いて、その中から選出する必要がある場合、その選出方法は主催者が決めることができる。選出方法は抽選に加え、追加レースや追加試技を行うこともできる。 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。
TR14.1	… 緑石を撤去しコーンまたは旗で代用する（代用緑石を含む）方法は、水濤を越えるためにメイントラックを離れる障害物競走、TR17.5.2 による第 1 グループと第 2 グループの走路の境界、緑石設置のない直走路にも適用されなくてはならない。後者の場合は（コーン、旗または代用緑石を置く）間隔が 10m を超えないようにする。	… 緑石を撤去しコーンまたは旗で代用する（代用緑石を含む）方法は、障害物競走で水濤を越えるためにメイントラックを離れる部分と TR17.5.2 による第 1 グループと第 2 グループの走路の境界部分に適用される。後者の場合、直走路にもコーン、旗または代用緑石を置くことも選択できるが、その間隔は 10m を超えないように設置する。
TR17.5.1 〔国内〕 iii	（追加）	500m 競走は完全セパレートレーンで行う。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する。当該競技が実施できるのは、スタート位置の標識が設置されている競技場に限定。
TR17.5.1 〔国内〕 iv	（追加）	600m 競走は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行う。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する。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とする。当該種目のスタート位置は、メドレーリレーの 1 走のスタート位置と同じであり、その標識が設置されている競技場に限定。
TR17.12 〔国内〕	i 55m 5 秒間 55m ハードル 5 秒間	i 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）
TR17.15.3	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。	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よい。

TR20.2.3 〔国際〕	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。	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。 <u>これには、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（一般的には参加標準記録有効期間の記録で決定されるが、直近の優れた記録なども考慮される）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。</u> <u>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。</u> <u>これらの原則を適用する際には、競技者の入替えは、</u> a. <u>最初のラウンドでは、所定の期間中に有効な最も良い記録のリストで同様のランキングを有する競技者間で、</u> b. <u>以降のラウンドでは、TR20.4.3～20.4.5に従って同じ「レーングループ」に編成された競技者間で、</u> 行う。
TR20.3.1	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、ジグザグ配置によって予選の組を決める。	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、順位づけを行う。
TR20.3.3	競技者をジグザグに配置する。	TR20.3.1および20.3.2で作成した順位づけをもとに、競技者をジグザグに配置する。
TR26.9	—	〔国内〕 上位大会出場枠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。
TR26.9.5	A、B、C、D、Eはいずれも1m88を2回目に成功した。 ＜TR26.8および26.9の適用方法＞ 審判員は同記録を生じた高さを含む無効試技数を数える。EはA、B、C、Dよりも無効試技数が多いので第5位となる。	A、B、C、D、Eはいずれも1m88を2回目に成功した。 ＜TR26.8および26.9の適用方法＞ 4人の競技者全員が、最後に跳んだ高さを同じ回数でクリアした。 審判員は同記録を生じた高さを含む無効試技数を数える。EはA、B、C、Dよりも無効試技数が多いので第5位となる。
TR26.10.2	その他の状況では、新試技が許される。	その他の状況では、代替試技が認められる。
TR27.8	… パー止はパーとパー止の表面が摩擦を増加する効果のあるゴムや他の材質で覆ってはならない。	… パー止は、ゴムで、あるいはパーの両端部と間の摩擦を増加させる効果のあるその他の材質で
TR37.4 〔注意〕 i	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	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
TR41.3 WA	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。	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。
TR54.1	競歩競技の標準となる距離は、ショート・トラックでは3,000m、5,000mとし、400mトラックでは5,000m、10,000m、20,000m、35,000m、50,000mとする。道路のコースでは10km、20km、35km、50kmとする。	(2025年12月31日まで) 競歩競技の標準となる距離は、ショート・トラックでは3,000m、5,000mとし、400mトラックでは5,000m、10,000m、20,000m、35,000m、50,000mとする。道路のコースでは10km、20km、35km、50kmとする。 (2026年1月1日から) 競歩競技の標準となる距離は、ショート・トラックでは3,000m、5,000mとし、400mトラックでは5,000m、10,000m、 ハーフマラソン(21,097.5m)、マラソン(42,195m) 、50,000mとする。道路のコースでは10km、 ハーフマラソン(21.0975km)、マラソン(42.195km) 、50kmとする。

TR54.4.1 〔国内〕 ii	TR54.4.1 に定める特定の競技会以外の競技会で、主任単独による失格権限を適用する場合には、主催者は本連盟に事前に申告するものとする。なお、その場合の競歩審判員主任は JRWJ とする。	R54.4.1 に定める特定の競技会の主任は WARWJ または JRWJ とする。また、それ 以外の競技会で主任単独による失格権限を適用する場合には、主催者は本連盟に事前に申告するものとする。なお、その場合の競歩審判員主任は JRWJ とする。																																														
TR54.7.3	<table><tr><th>距離（その長さを含む）</th><th>時間</th></tr><tr><td>5,000m・5km まで</td><td>30 秒</td></tr><tr><td>10,000m・10km まで</td><td>1 分</td></tr><tr><td>20,000m・20km まで</td><td>2 分</td></tr><tr><td>30,000m・30km まで</td><td>3 分</td></tr><tr><td>35,000m・35km まで</td><td>3 分 30 秒</td></tr><tr><td>40,000m・40km まで</td><td>4 分</td></tr><tr><td>50,000m・50km まで</td><td>5 分</td></tr></table>	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	(2025 年 12 月 31 日まで) <table><tr><th>距離（その長さを含む）</th><th>時間</th></tr><tr><td>5,000m・5km まで</td><td>30 秒</td></tr><tr><td>10,000m・10km まで</td><td>1 分</td></tr><tr><td>20,000m・20km まで</td><td>2 分</td></tr><tr><td>30,000m・30km まで</td><td>3 分</td></tr><tr><td>35,000m・35km まで</td><td>3 分 30 秒</td></tr><tr><td>40,000m・40km まで</td><td>4 分</td></tr><tr><td>50,000m・50km まで</td><td>5 分</td></tr></table> (2026 年 1 月 1 日から) <table><tr><th>距離（その長さを含む）</th><th>時間</th></tr><tr><td>5,000m・5km まで</td><td>30 秒</td></tr><tr><td>10,000m・10km まで</td><td>1 分</td></tr><tr><td>21,097.5m・21 km 0975 まで</td><td>2 分</td></tr><tr><td>30,000m・30km まで</td><td>3 分</td></tr><tr><td>42,195m・42 km 195 まで</td><td>4 分</td></tr><tr><td>50,000m・50km まで</td><td>5 分</td></tr></table>	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	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	21,097.5m・21 km 0975 まで	2 分	30,000m・30km まで	3 分	42,195m・42 km 195 まで	4 分	50,000m・50km まで	5 分
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																																															
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																																															
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																																															
21,097.5m・21 km 0975 まで	2 分																																															
30,000m・30km まで	3 分																																															
42,195m・42 km 195 まで	4 分																																															
50,000m・50km まで	5 分																																															