令和８（2026）年度　第 72 回栃木県陸上競技春季大会
兼 第 80 回国民スポーツ大会陸上競技大会第１次予選会　実施要項

１　主　催　　（一財）栃木陸上競技協会　　（公財）栃木県スポーツ協会

２　後　援　　栃木県　　栃木県教育委員会

３　期日・会場

【中学校の部】

2026 年　4 月 11 日（土）　12 日（日）　競技開始　9 時 30 分予定

【高校・一般の部】

2026 年　4 月 17 日（金）　4 月 18 日（土）　19 日（日）　競技開始　9 時 30 分予定

【会　　場】

栃木県総合運動公園　第２陸上競技場・投てき場

総合運動公園中央エリア管理事務所　宇都宮市西川田 4-1-1　℡ 028-645-0090

４　種　目

4 月 11 日（土）　【中学校の部】　１日目

男子	200m(予選 TR･決勝)　800m(予選 TR･決勝)　3000m(決勝 TR)　4×100mR(予選 TR) 走幅跳　棒高跳　円盤投（1.5kg）　四種競技（110mH・砲丸投 4.0kg）
女子	100m(予選 TR･決勝)　1500m(決勝 TR)　100mH(予選 TR･決勝)　4×100mR(予選 TR) 走高跳　砲丸投（2.72kg）四種競技（100mH・走高跳）

4 月 12 日（日）　【中学校の部】　２日目

男子	100m(予選 TR･決勝)　400m(予選 TR･決勝)　1500m(決勝 TR)　110mH(予選 TR･決勝) 4×100mR(決勝)　走高跳　砲丸投（5.0kg）　四種競技（走高跳・400m）
女子	200m(予選 TR･決勝)　800m(予選 TR･決勝)　4×100mR(決勝)　棒高跳　走幅跳 円盤投（1.0kg）　四種競技（砲丸投 2.72kg・200m）

---

4 月 17 日（金）　【高校・一般の部】　１日目

男子	400m　1500m　5000mW　4×100mR 三段跳　砲丸投（一般 7.26kg／高校 6.0kg／国スポ少年男子 B 5.0kg） ハンマー投（一般 7.26kg／高校 6.0kg）
女子	400m　1500　5000mW　4×100mR 三段跳　砲丸投（4.0kg）　ハンマー投（4.0kg） 七種競技（100mH　走高跳　砲丸投　200m）

4月18日（土）　【高校・一般の部】　２日目

男子	100m　3000m　5000m　400mH　4×400mR（予TR）　走高跳　棒高跳　やり投（800g） 十種競技（100m　走幅跳　砲丸投　走高跳　400m） 八種競技（100m　走幅跳　砲丸投　400m）
女子	100m　3000m　5000m　400mH　4×400mR（予TR）　棒高跳　円盤投（1.0kg） 七種競技（走幅跳　やり投　800m）

4月19日（日）　【高校・一般の部】　３日目

男子	200m　800m　110mH　3000mSC　国スポ少年男子共通 110mJH(TR決)　4×400mR（決） 走幅跳　円盤投（一般2.0kg／高校1.75kg） 十種競技（110mH　円盤投　棒高跳　やり投　1500m） 八種競技（110mH　やり投　走高跳　1500m） **※ 県選手権10000m（暑熱環境下での実施を避け、春季大会において実施する。）**
女子	200m　800m　100mH　3000mSC　国スポ少年女子A 2000mSC　4×400mR（決） 走高跳　走幅跳　やり投（600g） **※ 県選手権10000m（暑熱環境下での実施を避け、春季大会において実施する。）**

６　競技規則　2026年度（公財）日本陸上競技連盟競技規則、本大会規則による。

７　参加資格　ア）2026年度栃木陸上競技協会登録者であること。（ただし小学生は除く。）

イ）県外登録競技者でも、県内設置大学在学者および県内に居住または勤務する者はオープン参加として出場を認める。また栃木陸協強化委員会が指定する県外登録競技者も特例でオープン参加として出場を認める。

オープン参加の場合、トラック競技は決勝進出できない。フィールド競技（走高跳・棒高跳以外）は３回の試技までとする。また順位はつかない。

ウ）中学生の参加については、中学校の部に申込みし、高校・一般の部への参加申込は原則として認めない。また、中学校１年生（R8新入生）は発達段階を考慮し、本大会への参加を認めない。

エ）一般・高校の部で実施する国スポ少年男子共通 110mJH、国スポ少年男子B砲丸投の２種目に限り、中学校３年生男子の参加申込を認める。

オ）中・高生のクラブチーム登録の場合や個人登録の競技者の参加も認める。
ただし、中学校１年生（R8新入生）のクラブチーム所属者は発達段階を考慮し、参加を認めない。

カ）県選手権10000m（男女）は暑熱環境下での実施を回避するため、本大会において実施する。参加標準記録は設けない。

８　参加制限　個人種目は１人２種目まで（リレーおよび国スポ少年女子A2000mSCは除く）の出場とする。

９　参加申込　2026陸上とちぎp.12　【競技会（大会）への参加申込み手順】　参照

2025年4月1日～2026年3月29日までの公認最高記録を用いてエントリーすること。

※ 中学校の部においても、Webによる参加申込手続きをおこない、大会参加初日に会場にて、所属長の公印を押した様式の提出を要する。

10　申込期間

【中学校の部】

中学校２・３年生　　2026 年 3 月 21 日（土）～29 日（日）　予定

※ 中学校１年生（R8 新入生）は発達段階を考慮し、参加申込を認めない。
クラブチーム所属の中学校１年生（R8 新入生）も同様に、参加申込を認めない。

【高校・一般の部】

高校生・一般　　2026 年 3 月 27 日（金）～4 月 8 日（水）　予定

※高校１年生（R8 新入生）の参加申込をする場合は、所属校長の許可を得るために、入学後に２・３年生と一緒に参加申込手続きをおこなうものとする。
ただし、高校１年生がクラブチーム所属として参加申込をする場合にはこの限りではない。

※ 参加申込期間終了後、栃木陸協 Web サイトにて【エントリーリスト】を公開する。

11　参 加 料　　参加料は大会当日の選手受付時にＴＩＣにて現金で支払うこととする。
また、参加申込期限までに指定口座への振込も可とする。指定口座や振込方法については 2026 陸上とちぎ p.12　【競技会（大会）への参加申込み手順】を参照。

ア）中学生・高校生：１種　目　1,000 円
イ）大学生・一般　：１種　目　1,500 円
ウ）リ レ ー　　：１チーム　2,000 円
エ）混 成 競 技　：１　　人　2,000 円（**※ 中学４種は 1,000 円**）

※１ 参加料は参加申込みをした競技者全員分について支払うこととする。参加申込後競技会出場を辞退した場合でも参加料を支払うこと。
※２ 指定口座へ振込の場合は原則、参加申込締切日までとする。
※３ 競技会開始後、悪天候等の理由により競技会を中止した場合でも、参加料は参加申込みをした競技者全員分について支払うこととする。
※４ 学校・クラブなど団体で参加申込した場合は、参加料をとりまとめて支払うこと。

12　ﾌﾟﾛｸﾞﾗﾑ作成　後日、通知する。（プログラム編成委員・記録情報担当者）

13　表　　彰　　１位から３位まで賞状を授与する。

14　そ の 他

（１）指定方法以外の参加申込、当日の参加申込は受け付けない。
（２）スパイクのピンについては、グランド保全のため全天候型競技場用のピンを使用すること。アンツーカー（土グランド）ピンは使用しないこと。砲丸投・円盤投・ハンマー投に出場する際に、トラック競技用スパイクのピンを外して使用することは禁止する。
（３）各団体が同じリレー種目に複数のチームを参加させる場合、各リレーチームに登録した競技者を、最終ラウンドまで他のリレーチームに入れ替えることはできない。（例：400mR 予選で、ある学校のＡチームに出場した者を、決勝で同校のＢチームに出場させることは不可。）

（４）跳躍競技について

ア）走高跳の競技開始時の高さについては、中学男子 1m30、中学女子 1m20、高校一般男子 1m75、高校一般女子 1m35 とする。棒高跳の競技開始時の高さについては、中学男子 2m50、中学女子 1m50、高校一般男子 2m80、高校一般女子 1m80 とする。

イ）高校・一般の部における三段跳の踏切板の距離については、男子 11m、女子 9m とする。

ウ）中学校の部における走幅跳で参加者多数である場合、予選ラウンドと決勝ラウンドを実施する場合がある。この場合、予選ラウンドでは予選通過標準記録を設定する。予選通過記録を超えた競技者が 12 名に満たなかった場合は、上位 12 名まで決勝に進出させる。予選通過標準記録は、男子 5m70、女子 4m40 とする。

（６）投てき競技の重量は下表のとおりとする。

<table>
<tr><th></th><th>一般男子</th><th>高校男子</th><th>中学男子</th><th>一般高校女子</th><th>中学女子</th></tr>
<tr><td rowspan="2">砲丸投</td><td rowspan="2">7.26kg</td><td>6.0kg</td><td>5.0kg
4 種 4.0kg</td><td rowspan="2">4.0kg</td><td rowspan="2">2.72kg</td></tr>
<tr><td colspan="2">国スポ少年Ｂ　5.0kg</td></tr>
<tr><td>円盤投</td><td>2.0kg</td><td>1.75kg</td><td></td><td>1.0kg</td><td></td></tr>
<tr><td>ハンマー投</td><td>7.26kg</td><td>6.0kg</td><td></td><td>4.0kg</td><td></td></tr>
</table>

（７）中学校の部および高校・一般の部における投てき競技（混成競技も含む）は投てき場での実施とし、現地招集とする。

（８）県選手権 10000m（男女）は暑熱環境下での競技実施の危険性を考慮し、今大会において実施する。**ただし関東選手権大会では 10000m（男女）は実施しない。**

（９）本大会は、下記の選手選考会を兼ねる

①都道府県対抗男子・女子駅伝競走大会

【男子 5000m、女子 3000m、5000m、中学男子 3000m】

②国民スポーツ大会種目

(10) 競技者の準備運動・整理運動は原則として第２陸上競技場を使用すること。ただし投てき練習については競技開始直前の公式練習のみ実施し、それ以外は第２競技場やカンセキスタジアム、投てき場、多目的広場クレイグランドおよび総合スポーツゾーン内での投てき練習は認めない。第２競技場の利用時刻は 17 時 40 分頃までとなるため、それ以降は使用できない。

(11) 練習会場のエリアリングについては、栃木陸協 Web サイト等で周知する。

(12) 競技中に発雷等で天候が悪化した場合は、その時点で競技会を中止する場合がある。

(13) 各学校・団体の待機場所等については後日、栃木陸協 Web サイト等で周知する。

(14) 監督及び引率者、また審判員資格を有する競技者に対し、大会審判としての協力を依頼する。

その他、競技会に関する連絡事項等については、栃木陸協 Web サイトに随時掲載する。