

第46回東京ランニングクラブ春季陸上競技大会要項

(陸連公認コード 26 13 0305)

主 催

新日本スポーツ連盟東京都連盟
東京ランニングクラブ

協 力

公益財団法人東京陸上競技協会

主 管

東京ランニングクラブ

共 催

東 京 都

後 援

ス ポ ー ツ 庁

期 日

2026年4月4日(土) 受付開始 8:45(予定) 競技開始 10:30(予定)

会 場

都駒沢公園総合運動場陸上競技場 (競技場コード: 132090)

世田谷区駒沢公園1番1号 Tel 03-3421-6199

公認の部は、2026年度日本陸上競技連盟公認の競技会となる

競技種目

一般男子(高校生以上)の部 100m 200m 400m 800m 1500m 5000m

4×100mR 4×400mR 走幅跳

中学男子の部 100m 1500m 走幅跳

壮年男子の部 100m 1500m 5000m ※壮年男子は大会当日満年齢40歳以上

一般女子の部 100m 200m 800m 1500m 5000m (壮年男子と混合レースの場合もある)

4×100mR 走幅跳

中学女子の部 100m 800m 走幅跳

記録会男子(非公認)の部 100m 5000m

※中学・壮年の部に該当種目がない場合(例・200mなど)は、一般の部の種目に出場できる

※定員: 全体定員500名 定員に達した場合予告なく受付を締め切る

但し長距離種目の定員は、5000mは一般40名、壮年・女子40名、記録会40名とする
なお、5000mについては中学生の参加はできない

競技規則

2026年度日本陸上競技連盟競技規則および本大会規則による

出場資格

公認の部は中学生以上の2026年度都道府県陸協登録者のみ参加できる

必ず陸連登録をし JAAFID 取得の手続きをしエントリーしてください

(マスターズ、実業団、学連、高体連、中体連を通じて陸連登録している者を含む)

非公認の部は陸連登録の必要はありません

※リレーを除き1人2種目までとします

※出場は1人2種目までとする 但しリレーは除く

「申請中」の場合、取得でき次第陸連登録番号を事務局へ連絡のこと

参加費

一般及び壮年 1種目 2,500円 2種目 4,000円 (記録会男子の部も同額)

中学・高校生 1種目 1,000円 2種目 1,800円

リレー 1チーム 6,000円 (中学・高校生チームは4,000円)

※中学・高校生が一般の部の種目に申込み場合も参加費は中学・高校生の金額である

※東京ランニングクラブ会員は、下記の割引特典あり

一般及び壮年 1種目 2,000円 2種目 3,500円 (1人500円引)

中学・高校生 1種目 800円 2種目 1,600円 (1人200円引)

リレー 1チーム 5,000円 (東京RC加盟チームに限る) (1チーム1000円引)

表 彰

公認の部については各種目 第1位～第3位までの競技者・チームに賞状を授与します

賞状の受け取りは当日のみとし後日の郵送等はいたしません

非公認の部についての表彰はありません

記録発表

大型映像装置に速報を掲示する予定。また QR コード読み取りにて速報を WEB にて発表
後日ホームページにも掲載

申込方法

「東京ランニングクラブホームページ」よりエントリー画面に進み、指定のエントリーシート
にデータを入力し、エントリーシート送信専用メールに添付して送信してください

東京ランニングクラブホームページ URL: <http://www.t-njsf.net/tokyo-rc/>

エントリーシート送信専用メールアドレス E-mail: tokyorc-event@t-njsf.net

エントリーシート到着後、自動返信メールにて仮受付メールを返信します

エントリーシートに不備があった場合は代表者へ連絡をします

参加費について 郵便振替にてエントリーシート送付後 7 日以内に送金ください

郵便振替口座番号: 00170-6-743492 口座名: 東京 R C 陸上大会事務局

参加費の郵便振替控え（写し・データでも可）は競技会当日にご持参ください

郵便振替用紙またはゆうちょダイレクト通信欄に、必ず「春季陸上」と記入

さらに追加申込の場合は「追加」と記入

エントリーシートの内容に不備がなく、参加費入金確認ができ次第「エントリー受付完了メー
ル（本受付メール）」を送信します。これをもって受付完了となります。当日は本受付メール
の写し・データ等を、必ず持参すること。本受付メールは発行に時間がかかることがあります
問合せ メールでの問い合わせが望ましいが電話又は F A X の場合は下記にご連絡ください

〒114-0014 東京都北区田端 1-24-22 山柿ビル 3F 新日本スポーツ連盟東京内

東京ランニングクラブ 春季陸上競技大会係

TEL 03-5834-8721

FAX 03-5834-8723

※(注)申込後の種目変更はできません またキャンセルの場合も返金はしません

★別紙「エントリーシート入力・送信上の注意」をよくお読みの上エントリーしてください

2026年3月16日（月）23時必着

①申込者はメディカルチェックを受け、体調に異常が無い事を確認してから出場してください

②競技中の事故については応急処置を行います

その後は加入しているスポーツ傷害保険の範囲内でのみ責任を負います

③プログラム及びアスリートビブスはスタンド中央入口総合案内所にて配布します

プログラムの追加購入は300円、記録証は1部500円で発行します

④競技用靴の使用は陸連競技規則 WA 規則 TR 5.2（テクニカルルール第5条）によります

⑤5000mは競技の進行上22分（公認男子）、25分（壮年・女子・非公認男子）の制限
タイムを設け、このタイムで完走できないと審判長が判断した場合次の周回にはいれません

⑥跳躍競技は3回の試技を行いますが、ベスト8以降の更なる試技については行わない場合
や試技回数を減らす場合があります

⑦4×400mRは4チーム以下の参加になった場合は800mのセパレートレーンからのスタート
し、第1走者の2コーナーのブレイクラインを過ぎてからオープンとする

⑧大会1週間前をめどにホームページ上にスタートリスト・競技日程表・競技者注意事項
を掲載します。また本大会に出場中の写真・記事等の報道権は全て主催者に属します

⑨天候等による大会中止の場合の参加費の返金はいません

⑩パラアスリートの参加については、エントリー時に主催者にその旨をご連絡ください

⑪18歳未満の競技者がエントリーする場合、18歳以上の者が責任者となること

⑫その他、この要項にない事項については大会主催者が定めた本大会規則によります

申込期間

注意事項

その他