

日本陸上競技連盟からのお知らせ

目次

■活動報告

第49回日本陸上競技連盟トレーナー研修会開催報告

第49回日本陸上競技連盟トレーナー研修会を2023年9月2日(土)に、オンラインで開催しました。本研修会は日本陸連医事委員会トレーナー部が年2回開催しているものです。

第231回 ワールドアスレティックス(WA) カウンシル会議報告

第231回ワールドアスレティックス(世界陸連)カウンシル会議が世界陸上競技選手権ブダペスト大会に先立ち、2023年8月13日~14日にハンガリー・ブダペストで開催され、カウンシルメンバーとして参加しました。

■大会観戦ガイド

マラソングランドチャンピオンシップ(MGC)

兼 パリ2024オリンピック競技大会 日本代表選手選考競技会

兼 第107回日本陸上競技選手権大会・マラソン

JOCジュニアオリンピックカップ 第17回U18 / 第54回U16 陸上競技大会

■事務局からのお知らせ

【第86回理事会報告】パリ2024オリンピックへの道筋などを決定

マラソングランドチャンピオンシップ(MGC) 公式グッズ販売

【JAAF Runlink】同じ世代で記録を競う! Runlinkエイジランキング始動!

information

- ・個人情報の共同利用について
<https://www.jaaf.or.jp/news/article/16577/>
- ・日本陸連登録料の設定について
<https://www.jaaf.or.jp/about/fee/>
- ・WRk対象競技会/広告規程について
<https://www.jaaf.or.jp/about/resist/technical/>
- ・陸上競技場、長距離競走路の認定について
<https://www.jaaf.or.jp/about/resist/shisetsu/>



- ・代表選手派遣大会選考要項 2023年度
<https://www.jaaf.or.jp/news/article/15943/>
- ・代表選手派遣大会選考要項 2024年度
<https://www.jaaf.or.jp/news/article/16334/>
- ・代表選手派遣大会選考要項 2025年度
<https://www.jaaf.or.jp/news/article/17671/>
- ・アンチドーピング/鉄剤注射の防止
<https://www.jaaf.or.jp/about/resist/medical/>



第49回日本陸上競技連盟トレーナー研修会開催報告

日本陸連トレーナー部運営部員 廣重陽介

第49回日本陸上競技連盟トレーナー研修会を2023年9月2日（土）に、オンラインで開催しました。本研修会はトレーナー部が年2回開催しているものです。

午前中のセッションでは、7月より新たに発足しました医事委員会およびトレーナー部の新体制について、新部長の大山下圭悟（筑波大学）より紹介をしました。続いて、7月に開催されたアジア選手権の日本代表への帯同報告について、帯同トレーナーを務めた大桃結花部員（B momo）より行われました。大会前のコンディションチェック、メディカルスタッフ各々の専門性を考慮したサポートやチームスタッフとの連携、現地での活動の実際、トラブルが発生した選手の対応事例の報告など多岐にわたって分かりやすくご講演いただきました。午前中最後のセッションとして、国内大会における大会医務活動について、出雲陸上、日本選手権を富山信次運営部員（Athlete ST）、セイコーゴールデンランプリ陸上を廣重陽介運営部員（帝京大学）、日本選手権混成を加藤基部員（帝京大学）により報告されました。それぞれの大会の規模や種目の違いに加え、競技場や選手層、季節などの違いによる活動の工夫など、大会サポートの実際やポイントについてバラエティに富んだご発表となり参加部員からも有意義であったとの声が多くありました。多くの部員の活動への積極的な参画を期待するメッ

セージも印象的でした。

午後からは最初に、スポンサープレゼンテーションとして、オフィシャルスポンサーである大塚製薬の保土田様より、熱中症や免疫機能低下を予防するコンディショニングについて基本的な知識や製品情報などの情報提供をいただきました。先に行われた世界選手権における活用事例も踏まえ、実践的な手法についても大変分かりやすくご教示いただきました。次に、本研修会のメインテーマである「陸上競技者のパフォーマンスアップのためのトレーニング指導」について、理論および実技のご講演を友岡和彦先生（クリードパフォーマンス株式会社）に行っていただきました。理論編ではスピードを高めるためのトレーニング要素について、運動力学、運動学をベースにスタート局面、加速局面、トップスピード局面それぞれについて、パワー、筋力、運動制御などの側面から分かりやすくご講義いただきました。エクスターナルフォーカスを使ったキューイングや動作を無意識下で自動制御すること、脊柱、胸郭の可動性、安定性を最大限活用することを重要視したトレーニングの実践は普段からトレーニングを行う機会が少ない受講者にとっては新しい視点となったのではないかと感じています。実技編では、理論編でご講義いただいた内容をどう実践に行うか、プログラムしていくか、について実技デモを通



陸上短距離選手のパフォーマンスアップのためのトレーニング指導

CREED PERFORMANCE (株)
友岡 和彦

1:33:54

してご説明いただきました。コイリング動作やパワー系のジャンプエクササイズ、バイラテラルトーショントレーニングなどについて多くのエクササイズ例をお示しいただきました。オンラインの講義ではあったものの、実際エクササイズに取り組む中で、運動の難しさやコツなども体験しながら進めていただけたのではないかと思います。

受講後の参加者のアンケートから、対面実施の希望やもっと話を聞きたかったという意見が多く、パフォーマンス向上のためのトレーニングに対する関心の高さを

うかがい知れました。

今回、オンライン形式での研修会でした。オンラインの良さは、会場への移動を伴わずに誰でも気軽に受講できる点にあります。一方で、部員同士が顔を合わせ、スキル向上を目指した対面型の研修会についても企画、提案を行っていくべきであるとアンケート内容から感じました。今後も、選手へのサポート体制の強化や競技会の安全管理の充実などを目指し、部員の能力向上を目指した研修会を企画、開催していきたいと考えています。



第231回 ワールドアスレティックス(WA)カウンシル会議報告

名誉会長 横川 浩

第231回ワールドアスレティックス（世界陸連）カウンシル会議が世界陸上競技選手権ブダペスト大会に先立ち、2023年8月13日～14日にハンガリー・ブダペストで開催され、カウンシルメンバーとして参加した。同会議の概要は以下の通りである。

1. 世界陸上競技選手権ブダペスト大会

8月19日～27日の大会開催に向けて素晴らしい準備が進められている。ブダペスト市民がこの大会を楽しみに、選手、関係者を暖かく迎えてくれている事を肌で感じる事が出来る。201か国+難民チームが参加予定で、選手予定数は男子1139名、女子1048名の合計2187名。大会1週間前の段階で既にチケット販売総数(400,000枚)の75%の300,000枚が売れており、特に夜セッションはほぼ完売状態である。メディアからも大きな注目を浴びており、ブロードキャスト関係者の参加人数は前回オレゴン大会600名の倍に近い数字になっている。

2. WA主催大会 (WAS イベント)

選手、関係者、ファンにとって更に魅力的な大会にするために、大会形態、方向性を多角的に分析し、協議する。現在実施されているWASイベントは、世界陸上、世界室内、世界U20、世界ロードランニング、世界リレー、世界クロスカントリー、世界チーム競歩の7大会であるが、各々の大会の位置づけ、開催意義によって、より参加選手やファン、大会主催者のニーズに寄り添った大会作りを目指す。また、世界最高峰の陸上大会が毎年開催され、世界陸上やオリンピックが開催されない年でもトップ選手が競う魅力的なグローバル大会を作っていく。

3. コンペティション

- ①第1回の世界ロードランニング選手権は10月1日にラトビア・リーガで開催され、ハーフマラソンに加え、5km、1マイルレースが実施される。この選手権は2025年から毎年開催されるが、2025年はアメリカ・サンディエゴ、2026年はデンマーク・コペンハーゲンで開催される事が決定した。
- ②2026年U20世界陸上競技選手権大会の開催地はアメリカ・オレゴン（ユージン）に決定した。会場となるヘイワードフィールドでは2014年に世界ジュニア選手権、2022年に世界陸上競技選手権が開催されている。
- ③中国・広州での開催がコロナ感染拡大により延期となっていた世界リレーの日程は2025年5月10日～11日に決定した。
- ④2024年にペルー・リマで開催予定のU20世界陸上競技選手権大会は同国の政情不安や災害によって一旦は別都市での開催が検討されていたが、リマの情勢が安定した事、ペルー政府の保証が得られた事を受け、予定通り2024年8月26日～31日に同地で開催される事になった。また、同大会の参加標準記録と資格取得システムが承認された。
- ⑤2024年5月4日～5日にバハマで開催される世界リレーのタイムテーブルが承認され、初日に予選、2日目には決勝に加え敗者復活レースが実施される。
- ⑥東京世界陸上2025の技術代表はXimena Restrepo（コロンビア）、Jane Edstrom（カナダ）、Niels Van Der Aar（オランダ）の3名、医事代表はPaolo Adami（イタリア）、アンチ・ドーピング代表はJasmina Glad（フィンランド）、プレス代表はMartina Kucerova（スロバキア）で承認された。

4. WA規則と規定の変更

①テクニカルルール

- TR20.4.5の変更を行い、800mの番編レーン決定方法を400mグループと同じにする。
- TR30.1.1、TR32.14、TR32.14.2では各審判による解釈が異なっていたので、明確化する文言を入れる。
- 不正スタートに対するプロテスト下で競技を続行する選手には赤白のカードを示す。（11月1日施行）

②ショートトラックに関する規則

周年種目の室内トラック記録は将来的にはショートトラック記録に代わり、室内の直線種目とフィールド種目の記録は現行のアウトドア記録に統合される。エリア記録、ナショナル記録に於いても、周年種目の記録はショートトラック記録として残るが、それ以外は通常消滅する。尚、室内で達成された記録については、統計情報として“i”という表記を付記する。

③選手代理人 (AR) 規則

選手代理人の活動に対して問題点が指摘された事を受け、選手、コーチ、AR、大会主催者、各国陸連を交えて協議が行われ、AR規則を改定する事が決定した。これにより、ARに対して最低限のルールを課し、ガバナンスに関する教育を義務化し、選手等が不公平な対応を受けず、WA大会のインテグリティが守られる枠組みを策定した。

④セーフガーディング規則

ケースマネジメントをする独立したグループが指名され、AIUが調査している案件について精査を行い、リスクを評価する事が出来る。各国陸連はWAのセーフガーディングポリシーに添ってハラスメントを管理する責任があり、告発があった場合の調査や起訴についての手続きを明確にする必要がある。

⑤ダイヤモンドリーグ規定

ダイヤモンドリーグファイナルにGlobal Wild Cardを導入し、怪我等によってシリーズポイントで資格取得出来ないトップ選手のエントリーを特例で認める。

⑥WAS イベント規定

- 男女混合競歩リレーのレッドカードをチームで最大6枚とする。
- 混成種目のターゲットナンバーに関する要望を受け、2025世界室内の人数を12名から14名に増やし、今後選考要件等も検討する。

5. その他

- ①Exclusion Sanctions Working Groupが立ち上げられ、ロシア陸連・ベラルーシ陸連に対する処分について精査を行い、必要に応じて要件の見直しや解除の提案を行う。
- ②Gender Diverse Athletes Working Groupが立ち上げられ、トランスジェンダー規定の影響、トランスジェンダーや多様な性別の選手のエリートレベルでの競技等について助言を行う。

筆者はWAカウンシルメンバーとして2015年より2期8年つとめ、今回の選挙をもって、日本陸連有森裕子副会長にそのバトンを繋ぐ事となった。今回ブダペストで開催された総会に於いて有森副会長がトップ当選出来たこと、又、筆者がWAシルバーオーダーオブメリットを受章出来たのは、日本陸上界の活動が評価された証であり、ご指導、ご協力頂きました関係者の皆様にこの場をお借りしてお礼を申し上げます。

大会観戦ガイド

マラソングランドチャンピオンシップ (MGC) 兼 パリ2024オリンピック競技大会 日本代表選手選考競技会 兼 第107回日本陸上競技選手権大会・マラソン

▼期日：2023年10月15日（日）

8：00 男子マラソンスタート

8：10 女子マラソンスタート

▼コース：国立競技場発着マラソンコース

国立競技場スタート～富久町～水道橋～神保町～須田町～上野広小路（第一折り返し）～日本橋～銀座～日比谷～内幸町（第二折り返し）～須田町～小川町（第三折り返し）～上野広小路（第四折り返し）～内幸町（第五折り返し）～須田町～神保町～大手町・内堀通り（第六折り返し）～水道橋～富久町～国立競技場フィニッシュ

▼問合せ先：【日本陸上競技連盟・事務局】050-1746-8410（土・日祝日を除く 10：00～18：00）〒160-0013 東京都新宿区霞ヶ丘町4-2 JAPAN SPORT OLYMPIC SQUARE 9階

▼大会ページ：

<https://www.jaaf.or.jp/competition/detail/1781/>

▼MGC特設サイト：<https://www.mgc42195.jp/>



写真：フォート・キシモト

JOCジュニアオリンピックカップ 第17回U18／第54回U16 陸上競技大会

▼期日：2023年10月20日（金）～10月22日（日）

▼会場：愛媛県総合運動公園陸上競技場

（〒791-1136 愛媛県松山市上野町乙 46）

▼アクセス：〈伊予鉄バス〉こどもの城、とべ動物園営業時間内 松山市駅バスターミナルより（30分間隔）3番線「砥部線（えひめこどもの城行き）」ニンジニアスタジアム（陸上競技場）前下車

▼種目：

U16 男子（5種目）

100m、走高跳、棒高跳、走幅跳、砲丸投（5.000kg）

U16 女子（4種目）

100m、走高跳、走幅跳、砲丸投（2.721kg）

U16 男子都道府県代表枠（6種目）

150m、1000m、110mH（0.991m／9.14m）、三段跳、ジャベリックスロー（300g）、円盤投（1.500kg）

U16 女子都道府県代表枠（7種目）

150m、1000m、100mH（0.762m／8.50m）、棒高跳、三段跳、ジャベリックスロー（300g）、円盤投（1.000kg）

U18 男子（15種目）

100m、300m、800m、3000m、110mH（0.991m／9.14m）、300mH（0.914m／35m）、3000mW、走高跳、棒高跳、走幅跳、三段跳、砲丸投（6.000kg）、円盤投（1.750kg）、ハンマー投（6.000kg）、やり投（800g）

U18 女子（15種目）

100m、300m、800m、1500m、100mH（0.762m／8.50m）、300mH（0.762m／35m）、3000mW、走高跳、棒高跳、走幅跳、三段跳、砲丸投（4.000kg）、円盤投（1.000kg）、ハンマー投（4.000kg）、やり投（600g）

▼問合せ先：

【日本陸上競技連盟・事務局】

〒160-0013 東京都新宿区霞ヶ丘町4-2 JAPAN SPORT OLYMPIC SQUARE 9階

【愛媛陸上競技協会】

〒790-0004 愛媛県松山市大街道3丁目6-2 岡崎第5ビル501号

▼大会ページ：

<https://www.jaaf.or.jp/competition/detail/1766/>



写真：フォート・キシモト

事務局からのお知らせ

◆◆【第86回理事会報告】パリ2024オリンピックへの道筋などを決定◆◆

日本陸上競技連盟は2023年9月20日、第86回理事会をオンラインにより開催しました。2024年度の主要競技会の日程や、パリ2024オリンピック競技大会の日本代表選手選考要項など、オリンピックにもつながる重要な事項などについて協議しました。主な内容についてご報告します。

▼詳細はこちら

<https://www.jaaf.or.jp/news/article/18904/>



◆◆マラソングランドチャンピオンシップ(MGC) 公式グッズ販売◆◆

大会公式MGCグッズをオンラインショップで10月末まで販売しております。是非ご購入ください！

▼詳細はこちら

<https://www.mgc42195.jp/news/article/18888/>



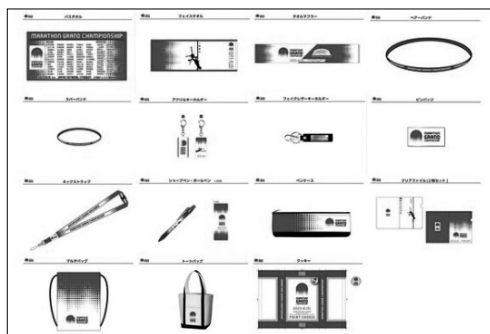
▼MGC 特設サイト

<https://www.mgc42195.jp/>



▼MGC グッズ販売サイト

<https://mgcgoods.official.ec>



◆◆【JAAF Runlink】同じ世代で記録を競う！Runlinkエイジランキング始動！◆◆

この度、JAAF Runlinkでは、日本国内にある約200の日本陸連公認ロードレース大会を対象とした「Runlink エイジランキング」のサービス提供を開始いたしましたのでお知らせいたします。

▼詳細はこちら

<https://www.jaaf.or.jp/news/article/18856/>



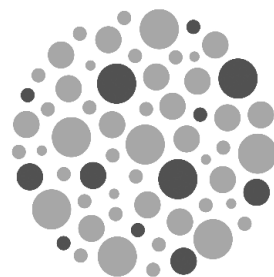
▼JAAF Runlink 公式サイト

<https://www.jaaf-runlink.jp/>



▼Runlink エイジランキング

<https://ranking.runlink.jp/>



JAAF RunLink

陸連時報編集委員

◇編集委員

尾縣 貢 (陸連会長)
有森 裕子 (陸連副会長)
風間 明 (陸連副会長)
室城 信之 (陸連副会長)
田崎 博道 (陸連専務理事)
山崎 一彦 (陸連強化委員長)
鈴木 英穂 (陸連事務局長)
石井 亮 (陸上競技マガジン編集長)

◇時報編集室責任者

石井 朗生
◇時報編集担当
日本陸連 広報課

陸連時報編集室

〒160-0013
東京都新宿区霞ヶ丘町4-2
JAPAN SPORT OLYMPIC SQUARE 9階
日本陸上競技連盟内
TEL : 050-1746-8410
FAX : 050-3588-1869