

## 第22回スポーツ健康交流大会 競技規則

### ミニ駅伝

- 1 参加対象は、会員（特例会員含む）及び府民とする。
- 2 チーム構成等  
競技者は4人（性別は問わない）とし、1チームは6人以内とする。
- 3 競技方法  
(1) 陸上競技場周回の特設コース（1周 626m）を4人で14周する。  
(2) 各走者の周回数は次のとおりとする。  
第1走：2周 第2走：3周 第3走：4周 第4走：5周  
(3) タスキリレーは決められたリレーゾーンで行なわなければならない  
(4) タスキ、ゼッケンは主催者が用意する。  
(5) その他詳細は、競技前に参加者に説明する。

### 満水リレー

- 1 参加対象は、会員（特例会員含む）、家族及び府民とする。
- 2 1チームは4人以上8人以内（性別は問わない）とする。
- 3 競技方法  
(1) 選手は一列に並び、先頭の人がコップを持つ。  
(2) スタートの合図で、前方のバケツからコップで水をすくい、さらに前方の一升瓶まで向う。  
(3) 一升瓶の前にいる妨害者とじゃんけんをし、勝てば一升瓶に水を移して引き返しリレーする。負ければコップの水を空っぽにして引き返しリレーする。  
(4) 制限時間は3分とし、一升瓶に入った水量の多さ、あるいは一升瓶を満水にした時間の速さを競う。  
(5) その他詳細は、競技開始前に参加者に説明する。
- 4 ゼッケンは主催者が用意する。

### 借物競争

- 1 参加対象は、会員（特例会員含む）、家族及び府民とする。
- 2 1チームは4人（性別は問わない）とする。
- 3 競技方法  
(1) 各チーム1人が‘借物’が記載されたカードを引き、会場内から探し出す。  
(2) ‘借物’を持ったまま次の走者にバドンタッチする。  
(3) (1)と(2)を繰り返し、4人目の選手が帰ってくるまでのタイムを競う。  
(4) その他詳細は、試合開始前に参加者に説明する。
- 4 ゼッケンは主催者が用意する。

## 玉入れ

- 1 参加対象は、会員（特例会員含む）家族及び府民とする。
- 2 1チームは10人以内（性別は問わない）とする。
- 3 競技方法
  - (1) 順位は制限時間内にかごに入れた玉の数によって競う。
  - (2) 制限時間は30秒とする。
  - (3) 組順は、抽選で決める。
  - (4) ゼッケンは主催者が用意する。
  - (5) その他詳細は、競技開始前に参加者に説明する。

## リレー

- 1 参加対象は、会員（特例会員含む）及び府民とする。
- 2 競技部門は次のとおりとする。
  - ①男子の部
  - ②混合の部
- 3 1チームは6人とする。
- 4 競技方法
  - (1) 各走者の距離は次のとおりとし、混合の部の第1・3走者は女性とする。
    - ①100m
    - ②100m
    - ③100m
    - ④100m
    - ⑤100m
    - ⑥200m
  - (2) 順位はタイムによって競う。
  - (3) コースはオープンとする。
  - (4) インコースからの無理な追い越しは禁止する。
  - (5) ラインの内側走行は失格とする。
  - (6) リレーゾーンを越えてのバトンタッチは失格とする。
  - (7) スパイクは禁止する。
  - (8) その他詳細は、競技前に参加者に説明する。
- 5 ゼッケンは主催者が用意する。