

大人の本気の大運動会～関西夏の陣～要項

1. 日時・場所 2021年8月8日(日) ヤンマーフィールド長居 (長居第2陸上競技場)
2. 種目
(1)個人種目：100m走 50mハードルくぐり走 走幅跳 立ち五段跳
砲丸投 大声メディシンボール投
(2)チーム種目：腿上げサイコロリレー 借り物(借り者)競争
400mリレー 1600mリレー
3. 競技方法
 - ・参加者は8チーム(各チーム約20人+応援スタッフ)に分かれ、各チームで個人種目を回っていく。チームカラー(仮)：赤・橙・緑・青・水色・桃・黄緑・黄
 - ・チーム分けは運営側で、ある程度均等になるようにランダムに振り分けを行う。
 - ・応援スタッフは、個人種目1種目とリレーの飛び入り参加が可能。
ただし、応援スタッフの個人種目の記録はチーム得点には含まれない。
 - ・ポイントについて
(個人種目)各競技、各チームの上位8名の記録をポイントに置き換えて、合計。
(リレー)1位40点、2位35点、3位30点、4位25点、5位20点、6位15点、7位10点、8位5点
全競技終了後のポイントを集計。チーム対抗で得点を競う。
4. 参加条件
(申込条件)
 - ・性別、競技経験の有無、競技レベルは一切問わない。
 - ・選手としての参加は高校生以上。 応援スタッフは年齢不問(子ども連れ可)
5. 参加人数
 - ・定員200人予定(多少前後する可能性がある。応募が多い場合は抽選となる。)
6. 参加賞
 - ・競技参加者全員にチームカラーTシャツ1枚(カラーは選択不可。)
 - ・応援スタッフは、ネイビーorワインレッドTシャツ1枚
 - ・Tシャツサイズは、S・M・Lの3種類。
7. 申し込みについて
 - ・WEB (e-moshicom イー・モシコム)からの申し込みとする。
URL: <https://moshicom.com/55995>
 - ・参加料 大学生/一般 2,000円
高校生 1,000円
応援スタッフ 1,300円
 - ・個人種目は、1人最大4種目まで申し込み可能(最低2種目は計測手伝い・応援に参加)
 - ・今回は抽選での申し込みとなる。
抽選申込期間：2021年6月23日～7月13日 抽選結果発表：2021年7月21日
抽選結果は登録アドレス宛にメールを通知。
モシコム会員登録者は「モシコムマイページ→申込履歴」からも参照可能。
 - ・当選者には別途入金手続き用URLを送信、申込手続きを行い入金された時点で申し込み完了とする。
 - ・支払方法：コンビニ支払いまたはクレジットカード払い
※別途、申込手数料212円は自己負担。



- 8. イベント中止の場合**
- ・雨天の場合はスケジュールを短縮して行う。
 - ・大雨・暴風警報が当日の午前7時の時点で発令された場合は、イベントを中止する。
 - ・参加料をお支払い後、コロナウイルス感染状況や自然災害の事由によりイベントが中止となった場合、参加料は返金致しません。予めご了承ください。
 - ・参加賞のTシャツは、記載された住所に発送する。

9. 個人情報の取り扱いについて

- ・イベントの映像・写真・記事・記録等(において氏名・年齢・性別・記録・肖像等の個人情報)が新聞・テレビ・雑誌・インターネット・パンフレット等に報道・掲載・利用されることを承諾する。
- ・申込者の個人情報の取り扱いは、別途記載する主催者の規約に則る。

10. その他

- ・新型コロナウイルス等感染拡大防止対策として、以下に該当した場合は参加を控えること。
 - (1)同居家族や身近な知人に感染が疑われる方
 - (2)過去14日以内に海外へ渡航した
 - (3)2週間以内に発熱(37.5°C以上)、咳・のどの痛みなどの風邪の症状、息苦しさ
嗅覚・味覚障害、体調がすぐれない、等の症状が出た
 - (4)2週間以内にコロナウイルス感染者と濃厚接触した
- ・主催者は新型コロナウイルスの感染防止対策を実施し感染がおこらないよう努めるが、感染した場合の責任は一切負わない。
- ・競技中に発生した傷害・疾病については、本部の医務室にて応急処置のみ行う。

11. 問い合わせ先

大人の本気の大運動会実行委員会 担当：新宮美歩
メールアドレス to.be.successful.1991@gmail.com

大人の本気の大運動会～関西夏の陣～

2021年8月8日(日) ヤンマーフィールド長居 (長居第2陸上競技場)

【タイムスケジュール】

9:00～9:50 開門、受付、会場準備

10:00 開会式

No.	開始時刻	種 目
	10:10	ウォーミングアップ (ストレッチ・ドリル)
1	10:30	個人種目 <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: flex-start;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 45%;"> <p>A</p> <ul style="list-style-type: none"> ① 100m走 ② 100m走 計測 ③ 立ち五段跳 ④ 砲丸投 </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 45%;"> <p>B</p> <ul style="list-style-type: none"> ① 50mハードルくぐり走 ② 50mハードルくぐり走 計測 ③ 走幅跳 ④ 大声メディシンボール投 </div> </div>
2	11:40	借り物(借り者)競争
3	12:00	400mリレー
	12:30	お昼休憩
4	14:00	腿上げサイコロリレー
5	14:20	個人種目 <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: flex-start;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 45%;"> <p>A</p> <ul style="list-style-type: none"> ① 50mハードルくぐり走 ② 50mハードルくぐり走 計測 ③ 走幅跳 ④ 大声メディシンボール投 </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: 45%;"> <p>B</p> <ul style="list-style-type: none"> ① 100m走 ② 100m走 計測 ③ 立ち五段跳 ④ 砲丸投 </div> </div>
6	15:30	全員マイルリレー
	15:50	クールダウン (ストレッチ)

16:00 閉会式、表彰式

16:15～16:50 会場撤収、みんなでお片付け、解散

競技進行について

・個人種目

各チームで種目を回っていく。8チーム（各チーム約20人+スタッフ）

チームカラー(仮)：赤・橙・緑・青・水色・桃・黄緑・黄

応援スタッフは、個人種目1種目&リレーの飛び入り参加はOK!

※ただし、応援スタッフの個人種目の記録はチーム得点には含まれない。

・個人種目を回る順番（例）

A

赤・橙・緑・青チーム

- ① 100m走
- ② 100m走 計測
- ③ 立ち五段跳
- ④ 砲丸投

赤チーム A ①→②→③→④

橙チーム A ②→③→④→①

緑チーム A ③→④→①→②

青チーム A ④→①→②→③

B

水色・桃・黄緑・黄チーム

- ① 50mハードルくぐり走
- ② 50mハードルくぐり走 計測
- ③ 走幅跳
- ④ 大声メディシンボール投

水色チーム B ①→②→③→④

桃チーム B ②→③→④→①

黄緑チーム B ③→④→①→②

黄チーム B ④→①→②→③

・ポイントについて

(個人種目) 各競技、各チームの上位8名の記録をポイントに置き換え、合計。

(リレー) 1位40点、2位35点、3位30点、4位25点、5位20点、6位15点、7位10点、8位5点

全競技終了後のポイントを集計。チーム対抗で得点を競う。

各種目ルール

・100m走

スターティングブロックを使用。手動計測。

・50mハードルくぐり走

ハードル（一般女子の高さ）を4台くぐっていく。スパイクは履かない。手動計測。

・立ち五段跳

助走は行わない。8m、10m、12mの位置からスタート。試技は2回行う。

・走幅跳

踏み切った場所からの実測。試技は2回行う。

・砲丸投

女子 2.72kg、男子 4kgの砲丸を使用。試技は2回行う。

・ 大声メディシンボール投

大声を出しながらメディシンボールを投げる。声量+飛距離を記録とする。
投げ方は自由！試技は2回。良い記録を採用。(感染防止対策を万全にして行う。)
女子3kg、男子5kgのメディシンボールを使用。

・ 借り物(借り者)競争

レースは3回行う。各レース、各チームから代表1名参加。
BOXからカードを引き、カードに書かれたお題を探しに行く。
1番に帰ってきたチームはプラスでポイント(順位ポイント)を獲得。
制限時間は5分。制限時間内に見つけられなければ打ち切り。

・ 腿上げサイコロリレー

50mの間に何度かサイコロを振って1~6の出た目の数だけ腿上げで進む。
サイコロをバトンとし、サイコロが渡れば次の走者がスタートする。
各チーム、チーム内で2グループに分かれる。レースは2回行う。
タイムを計測し、2回のレースの合計タイムで競うチーム戦。
※腿上げをして進むときに、膝が腰の高さまで上がっているかは全員が監視員。
上がっていない人には全員で声かけ、応援を！