

競 技 種 目 (No.1~8)

No.	種 目	種別	対 象	人数	場 所
1	男子100m	個人	小学生以上・年齢制限なし	1人	トラック
2	女子100m	個人	小学生以上・年齢制限なし	1人	トラック
3	馬 力 競 走	団体	中学生以上・年齢制限なし 男女各4人 (男女ペア4組)	8人	フィールド
<p>男女ペアになり、ソリに女子を乗せ、男子がそれをひいて25m地点を回り、次の選手にリレーします。</p> <p>※リレー地点では、ソリがラインを越えるまで、次の選手と交代することができません。</p>					
4	タイヤ回しレース	団体	小学生以上・年齢制限なし、男女不問	4人	フィールド
<p>軍手をはめ、タイヤを手で回し35m地点を回り、次の選手にリレーします。</p>					
5	障 害 物 競 走	個人	小学生以上・年齢制限なし 男女各1人	2人	トラック
<p>200mの技術走です。スタート後、40m地点で麻袋をはき、ジャンプしながら10m進みます。100m地点でロープを飛び越えます。130m地点で網をくぐり、180m地点で手を使わず口でパンをくわえ、くわえたままゴールを目指します。</p> <p>※パンを落としたときは、もう一度パンがぶら下がっている地点に戻り、口でパンをくわえてゴールします。また、2回落としても失格にはなりません。</p>					
6	ラグビーボール ドリブルリレー	団体	小学生以上・年齢制限なし 男女各2人	4人	フィールド
<p>ラグビーボールをドリブルしながら25m地点のラインを折り返し、次の選手にリレーします。</p> <p>※ラグビーボールをタイヤの中にしっかりと戻し、次の選手にリレーしなければなりません。</p>					
7	かごいっぱい なあれ	団体	小学生以上・年齢制限なし 男女各4人 (男女ペア4組) ※40歳以上の男女ペア1組を必ず含む。	8人	フィールド
<p>男女ペアで、1人はかごを背負い、1人はフリーとなります。必ず、手をつなぎスタート。25m地点にテニスボールを4個置いてあるので、フリーの1人がテニスボールをワンバウンドさせ、かごを背負った選手が、かごで受けます。ボールを1つ入れたら、必ず手をつなぎ、次の選手へリレーします。これを4組繰り返します。</p> <p>※ペアは、必ず手をつなぎ、スタート・ゴールすること。</p> <p>また、ボールを受けるときは、しゃがんだり、座ったりしてはいけません。</p>					
8	息ぴったり!! 7人8脚	団体	小学生以上・年齢制限なし、男女不問	7人	フィールド
<p>7人1組となり、それぞれ足を手ぬぐいで縛り、50m先のゴールを目指します。</p> <p>※手ぬぐいがほどけたときは、結び直し、再スタートしなければなりません。</p>					

競 技 種 目 (No.9~15)

No.	種 目	種別	対 象	人数	場 所
9	俵 づ み リ レ ー	団体	小学生以上・年齢制限なし、男女不問	8人	トラック
<p>長靴をはき、2人1組となり、1組目が5m地点で、竿からぶらさがったひもの中に2つの俵を積んで走ります。2組目以降は、長靴と竿にぶら下げた2個の俵をバトンとし、リレーし75mずつ300mを4組でリレーします。</p> <p>※かつぎ方は自由ですが、ひもや俵に手を添えて走ることはできません。</p> <p>※途中で俵が落下したときは、落下地点で積み直し、再スタートしなければなりません。</p>					
10	一 致 団 結 ！ ！ 輪 つ な ぎ レ ー ス	団体	小学生以上・年齢制限なし 男女各1人 40歳以上男女 各1人 50歳以上男女 各1人 60歳以上男女 各1人	8人	フィールド
<p>8人1組で手をつなぎ、たすきを掛けた選手を最前列にしてスタートし、選手は手を離さずにフラフープの中に体をくぐらせ、フラフープをつなぎます。20m地点のコーンに到達したら、フラフープをコーンの上から落とし、たすきを掛けている選手はコーンに落としたフラフープを持って、スタート地点に戻り、ゴールとなります。</p> <p>※選手の手が離れたときは、離れた地点から再スタートしなければなりません。</p>					
11	ジ ギ ザ ギ ・ ザ ギ ザ ギ	団体	小学生以上・年齢制限なし、男女不問	9人	フィールド
<p>3人1組となり、5m地点に置いてある棒を3人で持ちます。3.5m間隔で置いてある8つのコーンをジグザグに進み、33m地点を回り、棒を所定の場所へ置き、次の組へリレーします。アンカーは棒を持ったままゴールします。</p> <p>※選手が棒から離れたときは、離れた地点から再スタートしなければなりません。</p>					
12	綱 引 き	団体	小学生以上・年齢制限なし 男10人 女5人	15人	フィールド
<p>30秒間の勝負です。※男子の代わりに女子が出場することは可。その逆は不可とします。</p>					
13	両 手 に 花	団体	小学生以上・年齢制限なし 男3人・女6人	9人	トラック
<p>男子1人・女子2人の3人1組となり、足を手ぬぐいでしばり、100mずつリレーします。※手ぬぐいがほどけたときは、結び直し、再スタートしなければなりません。</p> <p>手ぬぐいの取り外しは、競技する選手で行うこと。</p>					
14	玉 入 れ	団体	60歳以上男女 各1人 小学生以上・年齢制限なし 男女各4人	10人	フィールド
<p>1分間に高さ4mのかごに玉を何個入れることができるかを競います。</p> <p>※同点の場合、30秒の延長戦を行います。選手の皆さんは、数が確定するまで、移動しないでください。</p>					
15	年 齢 別 混 合 7 0 0 m リ レ ー	団体	小学生 1人 中学生 1人 年齢制限なし男女 各1人 (小・中不可) 40歳以上男 1人 30歳以上女 1人 50歳以上男 1人	7人	トラック
<p>小学生からスタートし、第2走者は中学生、第3走者以降は、女子・男子・女子・男子・男子の順とし100mずつ走ります。</p>					