

第 76 回北奥羽総合体育大会開催要項

1 趣旨

本大会は、アマチュアスポーツの普及・発展と地方文化の向上に寄与するとともに、北奥羽圏の興隆に貢献するものである。

2 実施方針

この大会は、大会趣旨に基づき、次の方針によって実施する。

(1) この大会は、以下の北奥羽圏 10 郡市による体育の祭典である。

青森県 八戸市、十和田市、三沢市、むつ市、上北郡、三戸郡

岩手県 久慈市、九戸郡、二戸地区

秋田県 鹿角市

(2) この大会は、大会趣旨に基づき関係公共団体と密接な連絡を保ち十分な協力を得て実施する。

(3) この大会は、単なる勝敗を競うばかりではなく、レクリエーション行事として多数参加できるように計画する。

3 名称

第 76 回北奥羽総合体育大会

4 主催

北奥羽体育連盟

5 主管

第 76 回北奥羽総合体育大会二戸地区実行委員会

6 後援

二戸市、軽米町、九戸村、一戸町

7 会期

令和 7 年 7 月 6 日（日）、12 日（土）、13 日（日）、20 日（日）、27 日（日）、
8 月 2 日（土）、3 日（日）、10 日（日）、23 日（土）

8 会場

二戸市、軽米町、一戸町、三沢市、南部町、久慈市、鹿角市

9 式典

総合開会式及び閉会式は、行わない。

10 競技種目

① 陸上競技

② 軟式野球

③ ソフトテニス

④ バスケットボール（男・女）

⑤ バレーボール（男・女）

⑥ 卓球（男・女）

⑦ ソフトボール（男・女）

⑧ 相撲

⑨ 柔道

⑩ 剣道

⑪ 弓道

⑫ サッカー

⑬ バドミントン

⑭ ゲートボール

⑮ クレー射撃

⑯ ボウリング

⑰ 水泳

⑱ パークゴルフ（男・女）

⑲ グラウンド・ゴルフ（男・女）

11 参加資格

- (1) 日本スポーツ協会の認めるアマチュアスポーツ競技者である一般社会人をもってその対象とする。
- (2) 高校生、大学生（短大生）等学校教育法に定める学校の生徒、学生は参加することとはできないが、定時制高校の生徒の参加は差し支えない。
- (3) 参加者の帰属は、居住地（大会期日前3か月以上の在住である者）とする。ただし、自衛隊内居住者は出身地から出場しても差し支えない。

12 参加申込

- (1) 本大会は、郡市大会において選抜された者または選考された者で、その郡市スポーツ（体育）協会から申込みをしたものを受理するもので、郡市内単独種目から直接の申込みは認めない。（ただし、便宜上、郡市スポーツ（体育）協会において承認した者は受け付ける。）
- (2) 郡市スポーツ（体育）協会は、申込期限までに第76回北奥羽総合体育大会二戸地区実行委員会事務局宛て、所定の様式にて申し込むこと。
- (3) 申込期限は、令和7年6月20日（金）正午必着とする。
※期日までに申し込みがない場合は、不参加とする。
- (4) 選手変更は、令和7年6月25日（水）の抽選会まで認める。ただし、競技種目の事務局が認めた場合は、この限りでない。
- (5) 申込みは、競技ごとの申込様式により1部提出すること。

大会事務局	〒028-6192 岩手県二戸市福岡字川又47番地 二戸市教育委員会事務局教育部生涯学習課内 第76回北奥羽総合体育大会二戸地区実行委員会事務局 TEL 0195-23-3483 FAX 0195-23-9335 E-mail sports@city.ninohe.iwate.jp
-------	--

13 組合せ抽選会

日時 令和7年6月25日（水） 10時00分

場所 二戸市役所 1階 会議室

方法 代理抽選

14 参加負担金・参加者負担金

- (1) 参加負担金
八戸市 60,000 円
十和田市、三沢市、むつ市、久慈市、二戸地区 40,000 円
上北郡、三戸郡、九戸郡、鹿角市 30,000 円
- (2) 参加者負担金
選手・監督・コーチ・マネージャー・役員とも 500 円／人
抽選会後に事務局が発行する請求書により納入すること。
- (3) 振込先
請求書に別途記載する。

15 表彰

- (1) 総合優勝の郡市に優勝旗、準優勝の郡市に準優勝杯、第3位の郡市に第3位盾を授与する。
- (2) 総合成績に係る賞状は、1位から3位までに授与する。
- (3) 各種目の優勝郡市に優勝杯を授与する。また、1位から3位までに賞状を授与する。

16 競技方法

- (1) 郡市対抗、総合優勝制とする。
- (2) 2郡市以下の競技種目は、対抗競技としないが、その種目で順位を決める。
- (3) 団体競技は、トーナメント戦を原則とするが、参加団体数によりリーグ戦とすることもある。
- (4) バスケットボール、バレーボール、卓球、ソフトボール、パークゴルフ、グラウンド・ゴルフは、男女別に採点する。
- (5) 年齢計算は満年齢で数え、令和7年4月1日を持って起算する。
- (6) 審判規定については、各種目とも日本連盟の規定及び大会規定による。
- (7) 3位決定戦は行わない。ただし、トーナメント競技以外の競技において、順位の決定方法につき、特別に定める場合はこれを認める。

17 得点方法

- (1) 3郡市以上参加する団体競技を郡市対抗とする。
- (2) 競技種目ごとに郡市の順位を決め、得点を与える。(参加点を含む。)
- (3) 得点は、参加郡市の数に1を加えた数を優勝得点とし、2位以下の得点は優勝得点から順位1を減じた数を当該順位の得点とする。
例) 6郡市参加の場合、優勝を7点として以下6、5、4、3、2点とする。

18 参加上の注意

- (1) 参加団体の編成基準は、次のとおりとする。
団長1名、副団長2名、総監督1名、総務6名
- (2) 医療保険の加入を示すものを必ず携帯すること。
- (3) 参加者は、スポーツ安全保険等の傷害保険に加入すること。
- (4) 競技会場では、係員の指示や標識等に従うほか、所用の施設以外の立ち入りや指定場所以外での喫煙は禁止する。

19 競技種目別要項及び会場

競技種目別の要項及び会場は、別に定めるとおりとする。

第 76 回北奥羽総合体育大会各競技実施要項

陸上競技

○競技会場 一戸町総合運動公園陸上競技場

○監督会議 8月3日(日) 8時45分

(棄権届は8時30分まで)

○審判打合せ 8月3日(日) 9時00分

○競技開始 8月3日(日) 9時30分

1 種目

- (1) 男子(14種目) 29歳以下 ・100m ・800m ・走幅跳
30歳以上 ・100m ・800m ・走幅跳
29歳以下・30歳以上共通 ・3000m ・走高跳・砲丸投(7.26kg)
40歳以上 ・100m ・800m ・3000m ・砲丸投(6.00kg)
混成 ・4×100m リレー(出走順1走29歳以下、2走
29歳以下、3走30歳以上、4走40歳以上)
- (2) 女子(7種目) 29歳以下・30歳以上共通 ・800m
40歳以上 ・800m
共通 ・100m ・4×100m リレー
・走高跳 ・走幅跳 ・砲丸投(4kg)

2 参加資格

北奥羽体育連盟に加盟する郡市地区に居住のアマチュアスポーツ競技者であること。

3 参加制限

各種目につき2人、リレーは補欠を含め6人、男女とも1人2種目以内
(ただし、リレーを除く。)

4 競技規則

2025年度公益財団法人日本陸上競技連盟規則及び本競技会申し合わせ事項により実施する。

5 得点及び入賞

- (1) 1位6点、以下6位まで5、4、3、2、1点
(2) 団体及び個人は、3位までの入賞者に賞状を授与する。

6 その他

- (1) 参加選手は、各郡市指定番号を明記したアスリートビブスを胸背につけること。
(2) 所定の参加申込、個人票は必ず提出すること。女子は朱書きとする。
(3) アスリートビブスの番号は、下記により定めるので各郡市で準備すること。

青森県(八戸市 1～50 十和田市 51～100 三沢市 101～150

むつ市 151～200 三戸郡 201～250 上北郡 251～300)

岩手県(久慈市 301～350 九戸郡 351～400 二戸地区 401～450)

秋田県(鹿角市 451～500)

※男女とも番号は同枠番として、女子は朱書きとすること。

軟式野球

○競技会場

A会場 大平球場（二戸市）

B会場 一戸町総合運動公園野球場

○競技開始

7月12日（土）10時00分

7月13日（日）10時00分

1 チーム編成

監督を含め10名以上25名以内とする。

2 競技方法

- (1) トーナメント7回戦とする。
- (2) コールドゲームは、5回以降7点差とする。ただし、決勝戦には適用しない。
- (3) 7回終了時、勝敗の決しない時は8回からタイブレーク方式（継続打順、無死走者1・2塁）とする。
- (4) 8回のタイブレークにおいても勝敗が決しない場合は、プレーしている全選手の抽選によって勝敗を決する。
- (5) 試合時間は2時間30分とし、2時間30分が経過したイニングを完了して試合終了とする。同点の場合は、抽選によって勝敗を決する。
- (6) 指名打者ルールを使用することができる。（二刀流選手も可）
- (7) 守備及び攻撃のタイムは、それぞれ各3回以内とする。
- (8) 打順表の提出は、その日の第1試合開始時刻の30分前までに、第2試合以降は前の試合の4回終了時に、監督または主将が大会本部に提出し、参加申込書と照合の後、球審立ち会いのもと攻守を決定する。
- (9) シートノックは後攻のチームから先に5分間行う。その際、ダートサークル内に入る補助員はヘルメットを着用すること。（大会の進行状況においては行わない場合もある）
- (10) 次の試合の先発バッテリーは、攻守決定後、競技場内のブルペンを使用することができる。
- (11) ベンチ内での電子機器類（携帯電話、パソコン等）の使用を禁止するが、電子スコア記録用として1台の使用を認める。指示用メガホン、ベンチ内に限り1個の使用を認める。
- (12) 試合前のシートノック中に審判員による用具点検を行うので、審判員が点検しやすいように協力すること。また、不正な用具については、その試合中、本部が預かるので、試合終了後本人が本部まで受け取りに来ること。

3 使用球

全軟連公認球M号を使用する。

4 競技規則

2025年公認野球規則および（公財）全日本軟式野球連盟規程を準用する。

5 その他

- (1) 大会1日目に帯同審判1名を必ず帯同させること。集合時間は9時とする。
- (2) 天候不良による順延の決定は、当日7時に担当からチーム代表に連絡を行う。
- (3) 不明な点がある場合は、担当までお問い合わせください。

（担当）二戸市野球協会

事務局 吉田 慎太郎 TEL：080-5227-8448

Mail：ninohe.baseball.assoc@gmail.com

ソフトテニス

○競技会場 一戸町総合運動公園テニスコート
○開始式 7月13日(日) 9時15分
○競技開始 7月13日(日) 9時30分

- 1 チーム編成 一般男子2ペア
成年男子1ペア
シニア45男子1ペア
シニア55男子1ペア
一般女子1ペア
成年女子1ペア
- 2 出場順
① 一般男子 ② 一般女子 ③ シニア45男子 ④ 成年男子 ⑤ 成年女子
⑥ シニア55男子 ⑦ 一般男子
- 3 選手数
12ペア以内
- 4 競技規則
日本ソフトテニス連盟ソフトテニスハンドブックによる。

バスケットボール

○競技会場 二戸市総合スポーツセンター
○競技開始 7月12日(土) 9時00分
7月13日(日) 10時00分

- 1 種目
(1) 一般男子
(2) 一般女子
- 2 選手数
(1) 一般男子 監督、コーチ、マネージャー各1名、選手15名以内。
(2) 一般女子 監督、コーチ、マネージャー各1名、選手15名以内。
- 3 競技方法
2日間とも10分クォーター制で行う。
- 4 競技規則
現行日本バスケットボール協会規則で行う。
- 5 その他
(1) 帯同審判は、日本公認C級以上を必ず帯同させること。(厳守)
(2) 初日の第1試合と2日目のオフィシャルは、主催者が行う。
(3) 初日の第2試合以降は、前の試合の負けたチームが次の試合のオフィシャルを行う。

バレーボール

○競技会場 一戸地区センター体育館（一戸町）
○競技開始 8月2日（土） 10時00分

1 種目

- （1） 一般男子（6人制）
- （2） 一般女子（6人制）

2 チーム構成

監督、コーチ、マネージャー各1名、選手14名以内とする。なお、競技選手（ベンチ入り選手）は14名以内（リベロ規定による）とする。

3 競技方法

トーナメント方式3セットマッチとする。

4 競技規則

（公財）日本バレーボール協会制定6人制バレーボール競技規則による。

5 競技上の注意

- （1） 両日とも、第1試合のプロトコールは9時49分とする。
- （2） 第2試合以降は、追い込み方式とし、前の試合終了後直ちに行うので、タイムテーブルは設定しない。
- （3） リベロプレーヤーは、他の競技者と異なる色のユニフォーム等を着用すること。

6 その他

- （1） 帯同審判を必ず帯同させること。
- （2） 大会1日目の第1試合の審判・補助員は第3試合のチームが、第2試合以降は前の試合の敗者チームが行うこと。
- （3） 大会2日目の第1試合の審判・補助員は第2試合のチームが、決勝は準決勝敗者チームが行うこと。

卓 球

○競技会場	軽米町民体育館	
○受付時間	8月10日(日)	8時30分
○監督会議	8月10日(日)	9時30分
○開始式	8月10日(日)	9時45分
○競技開始	8月10日(日)	10時00分

1 チーム編成

- (1) 一般男子
 - ・シングルス 4試合(2試合目 40歳以上シングルス)
 - ・ダブルス 1試合(3試合目)
- (2) 一般女子
 - ・シングルス 4試合
 - ・ダブルス 1試合(3試合目)

2 選手数

男女とも監督、選手を含め12名以内とする。

3 競技方法

男女別に順位を決定する。

4 競技規則

- (1) 現行の日本卓球ルールにより行う。
- (2) 全試合11本5ゲームで行う。
- (3) 使用球は、JTТА公認ニッタクプラスチック球40mm ホワイトとする。
- (4) タイムアウト制は、採用しない。
- (5) 審判は、選手の相互審判で行う。
- (6) 1番と2番では、ダブルスを組むことができない。

ソフトボール

○競技会場 久慈市立長内中学校
○競技開始 男子 8月2日(土) 9時00分
8月3日(日) 9時00分
女子 8月2日(土) 9時00分
参加チーム数による

1 種目

- (1) 一般男子 (投球距離は 14.02m)
- (2) 一般女子 (投球距離は 12.19m)

2 選手数

20名以内(監督、コーチ含む。)とする。

3 競技方法

- (1) 3回15点差、4回10点差、5回7点差のコールドゲームを採用する。
- (2) 70分の時間制限を採用し、試合時間が70分を超えた場合は新しいイニングに入らない。
 - ア 制限時間内で、7回終了時同点の場合はタイブレークを行う。タイブレークは2回までとする。
 - イ 制限時間経過後、同点の場合は9名の抽選により勝敗を決定する。

4 競技規則

2025年オフィシャルソフトボールルールにより行う。

5 使用球

3号ゴムボールとする。

6 その他

- (1) 金属スパイクの使用を認める。
- (2) 種目毎に帯同審判員(公認審判員)を必ず1名帯同させること。なお、帯同審判員については、参加申込書に氏名等を記入し、報告すること。
- (3) 帯同審判員の集合時間は、次のとおりとする。
 - 8月2日(土) 8時00分集合
 - 8月3日(日) 8時00分集合

相撲

○競技会場 旧浄法寺高校相撲道場(二戸市)
○競技開始 8月3日(日) 10時00分

1 選手数

監督1名、選手3名、補欠1名

2 競技方法

団体戦及び個人戦

3 競技規則

(公財)日本相撲連盟審判規則に準じて行う。

柔 道

○競技会場	一戸町武道場	士道館
○受付時間	8月3日(日)	9時15分
○監督・審判会議	8月3日(日)	9時30分
○開始式	8月3日(日)	10時00分
○競技開始	8月3日(日)	10時30分

- 1 選手数
監督1名、選手5名、補欠3名とする。段位の低い順位に配列すること。
- 2 出場資格
段位無制限とする。
- 3 競技方法
団体戦
- 4 試合時間
4分
- 5 審判規定
国際柔道連盟試合審判規定による。
- 6 判定基準
団体戦は、「有効」及び「指導2差」以上で勝敗を決する。
代表戦は、代表選手を任意に選出し、1回「僅差」で勝敗を決する。
- 7 その他
 - (1) 選手は、必ず背中に姓及び郡市名を書いたゼッケンをつけること。ただし、郡・地区については、構成する市町村名のゼッケンを認める。
 - (2) 選手及び監督は、全柔連登録証を持参のこと。

剣 道

○競技会場	金田一コミュニティセンター(二戸市)
○受付時間	7月27日(日) 9時00分
○監督会議	7月27日(日) 9時30分
○開始式	7月27日(日) 10時00分
○競技開始	7月27日(日) 10時30分

- 1 選手数
監督1名、選手5名、補欠2名とし、個人戦出場者は1団体から3名以内とする。
段位の低い順位に配列すること。
- 2 出場資格
6段以下とする。
- 3 競技方法
 - (1) 試合は、全日本剣道連盟剣道試合審判規則並びに細則によって行う。
 - (2) 試合時間は4分とし、勝敗が決しない場合、団体戦は引き分けとする。
代表戦及び個人戦は延長戦を区切らずに行い、勝敗が決するまで行う。
- 4 その他
 - (1) 紅白の目印は、各団体で用意すること。また、中央の大垂に必ず参加団体名及び姓を明記した黒又は紺色の布製の名札を着用のこと。(ないものは出場できない。)
 - (2) 監督等に審判を依頼することもあること。

弓 道

○競技会場	二戸市弓道場
○受付時間	8月3日(日) 9時30分
○監督会議	8月3日(日) 9時45分
○開始式	8月3日(日) 10時00分(矢渡し等含む。)
○競技開始	8月3日(日) 10時30分

1 種目

近的競技による団体戦(1組3名、2名でも可)及び個人戦

2 競技方法

- (1) 団体戦 1人8射(4ツ矢2回)、チーム計24射とし、的中制により順位を決する。
- (2) 個人戦 団体戦8射の成績(個人戦出場者を含む。)からの的中制により順位を決する。
- (3) 同中競射 団体戦では各自1射の競射とし、個人戦では射詰及び遠近とする。
- (4) 行射 座射とする。ただし、時間の関係で立射にすることもある。
- (5) 矢返し 理由の如何を問わず、競技途中の矢返しは認めない。
- (6) 審判判定 (公財)全日本弓道連盟競技規則による。

3 表彰・採点

- (1) 団体3位、個人3位まで表彰する。
- (2) 団体においては、同一郡市から2チーム以上の参加の場合は、最上位の1チームのみを表彰・採点の対象にする。
- (3) 団体戦において同中競射を行う際、同一郡市に同中チームがある場合は、その郡市において協議し、1チームを選定する。
- (4) 採点する関係から7位(参加郡市の数により変更あり)まで順位を決定する。

4 その他

- (1) 参加チーム数は、各郡市5チーム以内とする。
- (2) 役員の大会参加を認める。
- (3) 選手の交代は、監督会議で決定する。

<申し合わせ事項(第59回大会監督会議)>

(1) 行射

膝等の故障等により座射ができない場合は、監督会議の承認を得て立射で行射することができる。

(2) 一立の制限時間

7分30秒とし、7分で予鈴のベル、7分30秒で本鈴のベルを鳴らす。ただし、あくまでも指導事項であり、7分30秒を超えた場合でも失中にはしない。

(3) 欠員が生じた団体チームのメンバー変更補充

競技当日でも、監督会議の承認を得て、以下のようなメンバー変更補充をすることができる。

①個人戦出場者及び登録外選手を補充。

②団体チームに欠員が2名生じ、個人になった選手の補充。

サッカー

○競技会場 鹿角市総合運動公園競技場
○競技開始 7月12日(土) 10時00分
7月13日(日) 10時00分 ※予備日

- 1 チーム編成
監督を含め21名以内とする。
- 2 競技時間
競技時間は、前後半30分、ハーフタイム5分とする。前後半終了時、同点の場合は、PK戦により決定する。
- 3 選手交代
試合開始前に届けた交代要員の中から5名までとする。
- 4 競技規則
日本サッカー協会制定サッカー競技規則による。
- 5 その他
 - (1) 申込後にメンバーの変更がある場合は、試合開始30分前までに変更届を本部に提出すること。(変更届用紙は当日、本部に準備する。)
 - (2) 帯同審判を必ず帯同させること。
 - (3) ユニフォームチェックは、試合開始30分前に会場本部にて主審が行う。

バドミントン

○競技会場 二戸市総合スポーツセンター
○受付時間 7月27日(日) 9時00分
○監督会議 7月27日(日) 9時30分
○開始式 7月27日(日) 9時45分
○競技開始 7月27日(日) 10時00分

- 1 チーム編成
 - (1) 男子ダブルス 1組
 - (2) 女子ダブルス 1組
 - (3) 男子ダブルス 1組
- 2 選手数
監督1名、選手男子6名、女子4名、監督は選手を兼ねることができる。
- 3 競技方法
試合ごとにオーダーの変更を認める。
- 4 競技規則
(公財)日本バドミントン協会競技規則により行う。
- 5 その他
 - (1) 選手は背中に郡市名を書いたゼッケン等をつけること。
 - (2) 主審、線審は主として対戦相手同士で行なうが、参加者全員に協力を求めることができる。
 - (3) 選手のメンバー変更は、当日の監督会議終了までとする。ただし、全体の半数以下とする。

ゲートボール

○競技会場	堀野近隣公園（二戸市）	
○受付時間	7月6日（日）	8時20分
○代表者打合せ	7月6日（日）	8時40分
○開始式	7月6日（日）	9時00分
○競技開始	7月6日（日）	9時20分

1 チーム編成

- (1) 各郡市それぞれ3チーム以内とする。
- (2) チームは、5名の競技者及び2名の交代者によって構成し、うち1名を主将とする。また、選任の監督を1名置くことができる。
- (3) 各チームとも、(公財)日本ゲートボール連合公認審判員3名以上帯同させること。

2 競技方法

- (1) 5チームによるリーグ戦を行う。(参加申込チーム数により変更の場合あり。) 各チーム4試合実施し、順位は勝数、得失点差、対戦結果、得点率による。
- (2) 棄権、没収の際の得点は、勝ち点1を与え、得点は0とする。

3 競技規定

競技及び審判は、(公財)日本ゲートボール連合発行の公式ゲートボール競技規則・審判実施要領2025及び本大会の実施要項による。

4 総合成績（リーグ戦の結果により）

- (1) 参加点1チーム1点を与える
- (2) 勝ちチーム1勝につき2点を加算する。
- (3) 各郡市全参加チームの総合点によって決める。

5 その他

試合球、コート用具以外の打順番号、腕章等はチームが用意する。
(打順番号は、胸部と背部に着用する。)

クレー射撃

○競技会場	八戸射撃場（南部町）	
○受付時間	7月20日（日）	7時00分
○競技時間	7月20日（日）	8時00分

1 種目

スキート・トラップ

2 選手数

団体1種目3名、チーム制限なし。

3 競技方法

団体戦各3名(25個×4ラウンド)

4 競技規定

国際射撃連盟（ISSF）ルールによる。

5 参加料

出場者実費負担7,000円（昼食代含む。）とする。なお、参加料は当日、会場で納入のこと。

6 その他

銃の所持番号、火薬類無許可譲受表番号を申込書に記入のこと。

ボウリング

○競技会場	三沢ボウル（三沢市）
○受付時間	7月20日（日） 8時10分
○開始式	7月20日（日） 8時40分
○競技開始	7月20日（日） 9時00分

1 種目

- (1) 団体戦
- (2) 個人戦

2 チーム編成

1 チーム4名(男女混合)

3 競技方法

- (1) デュアルレーン方式とする。
- (2) 団体戦の予選は、各選手6ゲーム(24ゲーム)を投球し、各郡市の上位1チームを決勝進出とする。決勝は各選手3ゲーム(12ゲーム)を投球し、合計36ゲームの総得点により順位を決定する。
- (3) 個人戦は、予選6ゲームの個人得点を採用する。男女混合で順位を決定する。

4 競技規定

J Bボウリング競技規則及び選手権競技会規程を採用する。

5 ハンディキャップ

	49歳以下	50～59	60～64	65～69	70～74	75～79	80～84
男子	0	5	10	15	20	25	30
女子	15	20	25	30	35	40	45

6 ゲーム料

1チーム12,000円。決勝進出料は1チーム6,000円。

7 表彰

- (1) 団体戦は3位まで賞状を授与する。
- (2) 個人戦は6位まで賞状を授与する。
- (3) 団体戦・個人戦ともハイゲーム・ハイシリーズに賞状を授与する。

8 その他

チーム編成は自由とし、参加郡市とも2チーム以内とする。

水 泳

○競技会場	二戸スイミングスクール（二戸市）		
○開場（ウォーミングアップ）	7月6日（日）	12時30分	
○監督会議	7月6日（日）	13時00分	
○ウォーミングアップ終了	7月6日（日）	13時20分	
○開始式	7月6日（日）	13時30分	
○競技開始	7月6日（日）	13時45分	

1 種目

種 目		30 歳 未満		30 歳 以上		40 歳 以上		50 歳 以上		60 歳 以上		70 歳 以上	
		男 子	女 子	男 子	女 子	男 子	女 子	男 子	女 子	男 子	女 子	男 子	女 子
自 由 形	50m	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
	100m	●											
平泳ぎ 50m		●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
背泳ぎ 50m		●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
バタフライ 50m		●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●
個人メドレー 200m		●	●	●	●								
フリーレー 200m		●	●	●	●	●	●	●	●				
メドレーレー 200m		●	●	●	●	●	●	●	●				

※男女ともフリーレー、メドレーレーのメンバーが不足の時は、上の年齢の選手を入れてもよい。

2 参加制限

- （1） 1人2種目以内とする。（リレーを除く。）
- （2） 1郡市1種目3名とする。
- （3） リレー種目のメンバーは、エントリーしたもの以外でも個人種目参加の交代を認める。

3 競技方法

- （1） 競技は、すべてタイムレースとする。
- （2） 得点は、次のとおりとする。

個人種目	順位	1	2	3	4	5	6
	得点	7	5	4	3	2	1
リレー種目	順位	1	2	3	4	5	6
	得点	14	10	8	6	4	2

4 表彰

- (1) 種目の合計点の最も多い郡市を1位とし、以下これにならう。
- (2) 合計点が同じ場合は、次の順によって決定する。

①リレー得点の多い郡市 ②入賞者の多い郡市

5 競技規則

日本水泳連盟競泳競技規則による。

6 参加申込

申込みは、「第76回北奥羽総体参加申込書様式」(Excel)内の水泳(1)、水泳(2)シートに入力し実行委員会事務局へ電子メールにて送信するとともに、入力後のデータを印刷し、実行委員会事務局宛て送付すること。〔6月20日(金)必着〕

パークゴルフ

○競技会場 稲庭高原パークゴルフ場(二戸市)

○受付時間 8月23日(土) 9時00分

○開会式 8月23日(土) 9時30分

○競技開始 8月23日(土) 9時45分

1 チーム編成

- (1) 男女別それぞれ1チーム8人編成による団体戦とする。
- (2) 1チーム8人であるが、6人以上であれば参加できる。

2 競技規定

- (1) 36ホールストロークプレーによる男女それぞれのチームの成績上位者6人のストローク合計スコアにより、順位を決定する。
- (2) 同スコアの場合の順位は、同スコアチームのそれぞれ成績第1位の者のスコアを比較し、上位の者の属するチームを上位とする。その第1位の者が同スコアの場合は、それぞれ第2位の者を比較する方法とし、さらに同スコアの場合は、第3位の者のスコア、以下同様に第8位の者まで順次繰り返し決定する。

3 競技規則

(公社)日本パークゴルフ協会規則を適用する。

4 その他

- (1) 大会当日6人未満となった場合は、失格とする。
- (2) 競技ルールに違反した場合は、その選手及びその選手の属するチームを失格とする。
- (3) 抽選日以降のメンバー変更については、やむをえない事情があった場合に限り、大会当日受付の際に申し出ること。
- (4) 雨具・用具は各自で準備すること。なお、用具の貸出を希望する人は当日、クラブハウスで借受けること。(別途有料)
- (5) 万一の事故に備え、傷害保険等は各自で対応すること。
- (6) 大会当日のコースでの練習は、禁止とする。

グラウンド・ゴルフ

○競技会場	一戸町総合運動公園	
○受付時間	7月27日(日)	9時30分
○開始式	7月27日(日)	10時00分
○競技開始	7月27日(日)	10時30分

1 チーム編成

- (1) 団体戦は、男女別それぞれ1チーム5人編成とする。
- (2) 個人戦は、団体戦の参加者に加え、各チーム男女それぞれ6名以内の参加者で行う。
※1郡市につき最大22名(団体戦10名、個人戦12名)の参加が可能。
- (3) 1チームが5人に満たない場合は、個人戦のみの参加とみなす。

2 競技規定

- (1) 大会は、32ホール(16ホール×2ラウンド)で行う。組編成は、主管事務局で行う。
- (2) 打順は、スコアカードの名前記載順とし、第1打者はローテーションで行う。
- (3) 順位は、(公社)日本グラウンド・ゴルフ協会ルール「公式大会第3章」により決定する。

3 競技規則

(公社)日本グラウンド・ゴルフ協会の現行ルールを適用する。

4 その他

- (1) 競技終了後、順位決定まで若干の時間がある場合はゲームを行うことがあるが、参加は自由とする。
- (2) 用具(クラブ・ボール等)は、各自持参すること。なお、認定品を使用すること。

第76回北奥羽総合体育大会 日程・会場一覧

[illegible]