



# Whirlwind News Letter!!

やくだ じょうほう  
キミに役立つ情報をおとどけ!

## 第29回: 「陸上競技おもしろルール解説②」

10月にはいりだいぶすずしくなりました🌸 日本の陸上競技は秋も大会があったり、運動会のきせつであったりと陸上クラブでの練習がいかにせざるじきになります。さて、今回は陸上競技のルール解説シリーズとして『スタート』についてまとめてみました!

### ◆ フライングスタートはいっぱつで失格!

できるだけはやくスタートしたい……! まけたくないとおもうとついやってしまうフライング。ピストルの合図よりはやく走りだしてしまったり、からだの動いたりしてしまつと『ズル』になってしまいます。じつは陸上選手のフライングは一回でもすると失格になり、レースに出場することができなくなります。ただこのルールは2010年からとなつていて、それまでは

~2003年まで……一人の選手が2回フライングすると失格

2003~2009年まで…そのレースで2回目にフライングした選手が失格と変化してきていました。

→なぜかわつたのかしらべてみるとおもしろいのでよかつたら Google などですらべよう (すぐでできます)



←フライングで有名なじけんといえは2003年のパリ世界陸上でアメリカのドラモンド選手がフライングはなていにしたがわすトラックにねそべてて抵抗(ていこう)したことも。

→世界記録保持者のボルト選手も2011年のテグ世界陸上の決勝レースでやらかして失格しています。



### ◆ さいきんのスタートは機械ではなてい



さて、そんなスタートですが「フライングスタートかどうか」

……はもちろんしんぱんが目でみてはなていしています👁️

しかし、さいきんの大会(日本でも全国大会など)では機械をつかつて反応時間(リアクションタイム(RT)といいます)もはかつてはなていしています。

これが0.1秒をきつてしまつと“人間が音をきいて反応をしていない”……つまりカンででてしまつているということになるのでフライングになってしまいます。

←桐生選手も2017年の国際大会で0.086秒で身体がうごいてしまつフライングとなつてしまいました💧

順位	選手名	国名	記録	コメント
1	F.カーリー	アメリカ	9.86	(rt:0.119)
2	M.ブレーシー	アメリカ	9.88	(rt:0.118)
3	T.プロメル	アメリカ	9.88	(rt:0.110)

世界陸上オレゴン大会男子100m上位3選手

赤四角のなかがりアクションタイム。

0.1秒台前半なのでかなりすばやく反応ができています。

これが0.15秒以上かかるとおくられていることがおおいです。

ただ、もしかしたらくりかえし練習をつづけていると人間の限界をこえて0.1秒以下でも反応ができるようになるかもしれませんよね? これからまたルールが変更になるかもしれませんね。

◆ 小学校に特別コーチをしにいきました！



9月中に相模原市の小学校3校に田子コーチが特別じゅぎょうをしにいってきました。

相模原市の小学校では毎年10月に6年生の連合運動会で陸上の記録をはかります。

コーチも2●年前にでてそれがいまま陸上をつづけているきっかけになっています。

◆ 今年は9位となりました！

先月号でお知らせしたとおり9月24日(土)に行われた全国大会でワールウィンドのお姉さんチームが4×100mリレーに出場して9位という結果になりました。

すこしっぱいした部分もあったのでつぎの大会で記録をのばせるようにがんばります！



【おうちの人へ】 編集後記

応援ありがとうございました！

本文中のとおり、過日の全日本実業団選手権にて女子4×100mリレーが9位となりました。

環境の変化やコンディションがあわなかった選手もおりタイムは昨年より下がってしまいましたが、今後の競技会で記録更新できるよう選手一同がんばっていきます！ひきつづき見守っていただければ幸いです。

地域の対抗戦に参加します！総合優勝目指して頑張ります☆



10月16日(日)に行われる第83回北相陸上競技大会に高校生以上のクラブメンバーと田子が出場します。

近隣の高校・大学チームと地域ナンバーワンをかけた対抗戦をおこないます(各種目の順位によってチームにポイントがはいります)。

田子の三段跳も14:30頃競技開始なのでよろしければ応援にお越しください😊

当日は休講となりご不便をおかけしますが応援よろしくおねがいします！

そろそろ2022年の陸上競技シーズンも終盤です！

今年ご案内できる大会が残り少なくなってきました……ぜひご参加ご検討ください！

◆現在申し込み期間中の競技会

11月5日(土) 神奈川県小学生陸上競技秋季交流記録会(於:小田原市城山陸上競技場)