

## 4 × 8 0 0 m リレーについてルールとマナー

### 《ルール》

1. 8 0 0 m のセパレートレーンのスタート位置からスタートを行う。原則、1 レーンに 2 人の選手が入る。
2. 第一走者は、第 1 曲走路の終わりにマークされたブレイクラインの、スタート側により近い端まで自分のレーンを走る。競技者はこのブレイクラインから自分のレーンを離れることが許される。
3. 次の走者は、フィニッシュライン 1 0 m 手前にある、テイクオーバーゾーン入口に並んで待つ。並び順は、前走者が第 2 曲走路入り口を通過した順序とする。（以下、規則 170 条 20 を参照）次走者が目視し、1 レーン 2 人を目安に内側から並ぶこと。
4. バトンパスは、フィニッシュライン 1 0 m 後方にある、テイクオーバーゾーン出口までに完了させなければならない。（以下、規則 170 条 7 を参照）
5. 次走者は、他の走者の進行を妨害したり押しのけたりしないならば、走って来るチーム走者が近づくにつれてトラックの内側に移動できる。（以下、規則 170 条 21 を参照）

### 《申し合わせ事項・マナー》

1. 走り終わった競技者は、後続の競技者の進行を妨害しないように、速やかにレーン外に出るのが望ましい。その時、後方をよく見て内側、外側どちらに移動すればよいか確認すること。また、内側、外側どちらにも安全に移動できない場合は、後続の選手が通り過ぎるまでその場にとどまる。
2. 周回遅れが生じた場合、テイクオーバーゾーンでは、バトンパスを行わないチームに内側のレーンを譲り、バトンパスを行うチームは外側のレーンを使用すること。
3. テイクオーバーゾーンやフィニッシュライン付近で立ち止まったり、倒れこむことは大変危険なので、絶対にしないこと。
4. 内側に並んでいるチームがバトンパスを完了させたら、必ず、外側にいる選手は内側につめること。