

4 × 8 0 0 mリレーについてルールとマナー

ルールと申し合わせ事項・マナー

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10m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。(TR24.21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10m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。(TR24.7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のであれば、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。(TR24.21 TR24.22を参照)
6. 走り終わった競技者は、後続の全ての競技者の進行を妨害しないよう、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。
7. 周回遅れが生じた場合、周回遅れのチームはテイク・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。
8. 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。