

## 2022年度 奈良県中体連陸上強化指定選手標準記録

2022年4月

## 男子

種目	1年生	2年生	3年生	指定大会での成績(強化指定候補)
100m	Ⓐ12"40 Ⓑ12"70 顧12"99	Ⓐ11"70 Ⓑ11"90 顧12"09	Ⓐ11"45	・学年別3位以上
200m	Ⓐ25"60 Ⓑ26"30	Ⓐ24"20 Ⓑ24"95	Ⓐ23"30	
400m	Ⓐ58"00	Ⓐ55"00 Ⓑ56"50	Ⓐ52"70	
800m	Ⓐ2'14"00 Ⓑ2'21"00	Ⓐ2'10"00 Ⓑ2'13"00	Ⓐ2'03"00	
1500m	Ⓐ4'40"00 Ⓑ4'50"00 顧5'00"00 駅5'00"00	Ⓐ4'25"00 Ⓑ4'35"00 顧5'00"00 駅5'00"00	Ⓐ4'15"00 顧5'00"00 駅5'00"00	
3000m	Ⓐ9'53"00 Ⓑ10'05"00	Ⓐ9'35"00 Ⓑ9'48"00	Ⓐ9'10"00	
110mH	Ⓐ18"50	Ⓐ17"00 Ⓑ17"80	Ⓐ15"40	
4×100mR	Ⓑ47"00 ※1、2年のメンバーで編成された チームの4名を対象とする		—	
走高跳	Ⓐ1m50 Ⓑ1m45	Ⓐ1m70 Ⓑ1m60	Ⓐ1m75	・学年別3位以上
棒高跳	Ⓐ2m70	Ⓐ3m30	Ⓐ3m70	・大会又は記録会に出場し、 公認記録を有する者
走幅跳	Ⓐ5m10	Ⓐ5m70	Ⓐ6m25	
三段跳	—	Ⓐ12m00	Ⓐ13m00	
砲丸投 (5.000kg)	Ⓐ9m50	Ⓐ11m50	Ⓐ12m50	・学年別3位以上(3年を除く)
円盤投 (1.500kg)	Ⓐ25m00	Ⓐ30m00	Ⓐ35m00	・学年別3位以上(3年を除く)
四種競技	Ⓐ1700点 Ⓑ1500点	Ⓐ2000点	—	

- ・標準記録(公認)を突破した選手は強化指定選手、強化指定候補選手として認定する(同記録可)。
- ・表中のⒶは強化指定選手としての、Ⓑは強化指定候補選手としての標準記録を示している。  
また、「顧」は顧問推薦選手、「駅」は駅伝枠選手としての記録を示している。
- ・強化指定選手、顧問推薦選手、駅伝枠選手の認定は、その学年で出したすべての記録を対象とする。
- ・強化指定候補選手の認定は、その学年の12月31日までに出した記録を対象とする。
- ・強化指定候補選手の一部の認定は、指定大会で一定の成績をおさめた場合にもおこなう。
- ・選手の認定期間は記録を突破したその日から次の年度の3月31日まで有効とする。

## 2022年度 奈良県中体連陸上強化指定選手標準記録

2022年4月

## 女子

種目	1年生	2年生	3年生	指定大会での成績(強化指定候補)
100m	Ⓐ13"30 Ⓑ13"80 顧13"99	Ⓐ12"80 Ⓑ13"20 顧13"49	Ⓐ12"65	・学年別3位以上
200m	Ⓐ27"70 Ⓑ28"20	Ⓐ26"70 Ⓑ27"00	Ⓐ26"20	
800m	Ⓐ2'30"00 Ⓑ2'35"00	Ⓐ2'25"00 Ⓑ2'30"00	Ⓐ2'20"00	
1500m	Ⓐ5'05"00 Ⓑ5'25"00 顧5'20"00 駅5'20"00	Ⓐ4'55"00 Ⓑ5'05"00 顧5'20"00 駅5'20"00	Ⓐ4'45"00 顧5'20"00 駅5'20"00	
3000m	Ⓐ11'00"00 Ⓑ11'15"00	Ⓐ10'45"00 Ⓑ11'00"00	Ⓐ10'10"00	
100mH	Ⓐ17"50	Ⓐ16"30	Ⓐ15"20	
4×100mR	Ⓑ52"50 ※1、2年のメンバーで編成された チームの4名を対象とする		—	
走高跳	Ⓐ1m40 Ⓑ1m35	Ⓐ1m50 Ⓑ1m45	Ⓐ1m54	・学年別3位以上
棒高跳	Ⓐ2m30	Ⓐ2m60	Ⓐ2m80	・大会又は記録会に出場し、 公認記録を有する者
走幅跳	Ⓐ4m40	Ⓐ4m80	Ⓐ5m20	
砲丸投 (2.721kg)	Ⓐ10m00	Ⓐ11m50	Ⓐ12m20	・学年別3位以上
円盤投 (1.000kg)	Ⓐ23m00	Ⓐ27m00	Ⓐ30m00	・学年別3位以上
四種競技	Ⓐ1800点 Ⓑ1600点	Ⓐ2100点	—	

- ・標準記録(公認)を突破した選手は強化指定選手、強化指定候補選手として認定する(同記録可)。
- ・表中のⒶは強化指定選手としての、Ⓑは強化指定候補選手としての標準記録を示している。  
また、「顧」は顧問推薦選手、「駅」は駅伝枠選手としての記録を示している。
- ・強化指定選手、顧問推薦選手、駅伝枠選手の認定は、その学年で出したすべての記録を対象とする。
- ・強化指定候補選手の認定は、**その学年の12月31日までに出した記録**を対象とする。
- ・強化指定候補選手の一部の認定は、指定大会で一定の成績をおさめた場合にもおこなう。
- ・選手の認定期間は記録を突破した**その日から次の年度の3月31日まで**有効とする。