

(7) 走高跳

- ①跳躍方法は「はさみ跳び」で行う。着地は必ず足裏から着地すること。足裏から着地できない場合は無効試技とする。
- ②試技は3回連続で失敗したら競技終了とする。
- ③バーの上げ方は、次のとおりとする。(男女同じ)
  - ・練習は1 m 0 0で行う。試技は1 m 0 0から行い、以降5 c m刻みで上げていく。
  - ・1 m 3 5まで5 c m刻みで上げ、それ以後は3 c m刻みで上げる。

(8) 8 0 mH 小学生用ハードルを使用し、次の規定で行う。

スタートから第1ハードル	ハードルの高さ	ハードル間の距離	台数	最終ハードルからフィニッシュ
1 3 m	7 0 cm	<b>7 m 0 0 cm</b>	9 台	1 1 m 0 0 cm
0m ~13m ~20m	~27m ~34m	~41m ~48m	~55m ~62m	~69m ~80m