令和8年度　第4回長野県総合レスリング大会

（第35回 長野県少年少女レスリング大会）
（第17回 長野県中学生レスリング選手権大会）
（第30回 長野県レスリングオープン選手権大会）

大　会　要　項（案）

１ 主　　催　　長野県レスリング協会

２ 共　　催　　小諸市レスリング協会・佐久市レスリング協会・上田市レスリング協会
長野県高等学校体育連盟レスリング専門部・長野県内少年少女レスリングクラブ

３ 後　　援　　小諸市・小諸市教育委員会・小諸市スポーツ協会

４ 日　　時　　令和8年9月5日（土）・9月6日（日）

○9月5日（土）	13:00 ～ 14:00	会場準備（大会役員及び高校生）
	14:00 ～ 16:00	強化合同練習会（大会打合せ）
○9月6日（日）	8:00 ～	小諸市総合体育館開館
	8:30 ～ 9:00	メディカルチェック・計量
	10:00 ～	開会式・国スポ選手激励会
	10:30 ～	試合　〔試合終了後〕表彰式・閉会式

５ 会　　場　　小諸市総合体育館

６ 参加資格　（1）少年少女の部
県内のレスリングクラブに所属する幼年・小学生。
（2）中学生の部
レスリングを愛好する中学生男女を対象とする（レスリング経験の有無は問わない）。
（3）オープンの部
レスリングを愛好する高校生、社会人（大学でのレスリング活動実績がない者）の男女を対象とする。

７ 競技規定　（1）試合方法　少年少女の部 ＝ フリースタイル
※各階級のリーグ戦とし、勝敗による勝ち点方式とする。階級によっては変則的になる場合がある。
中学生の部 ＝ フリースタイル
※トーナメント方式で3位決定戦も行う。（階級の参加者数が3名以下の場合は3者リーグとする。）
オープンの部 ＝ フリースタイル
※トーナメント方式で3位決定戦も行う。（階級の参加者数が3名以下の場合は3者リーグとする。）

（2）試合時間　少年少女の部 ＝ 2分2ピリオド（30 秒ハーフタイム）とする。
○幼年～小学2年生 ＝ 1分30秒2ピリオド（30 秒ハーフタイム）とする。
○小学3～6年生 ＝ 2分2ピリオド（30 秒ハーフタイム）とする。
中学生の部・女子 ＝ 2分2ピリオド（30 秒ハーフタイム）とする。
オープン部 ＝ 3分2ピリオド（30 秒ハーフタイム）とする。

（3）ルール　キッズ（小学生・幼年）の部
全国少年少女レスリング連盟統一ルールとし、一部ローカルルールを採用する。
中学生の部、高校生・社会人の部
UWWルールに準ずるものとし、一部ローカルルールを採用する。

（4）階　級

少年少女	階級は、申込状況により事務局で設定する。
男子中学生 （フリー）	32～38 kg級　41kg級　44kg 級　48kg 級　52kg級 57kg級　62kg級　68kg級　75kg級　85･110kg級 （計量は2kg ｵｰﾊﾞｰまで可とする。）
男子高校生 ･社会人 （フリー）	51kg級　55kg級　60kg級　65kg級　71kg級　80kg級 92kg級　125kg級 （計量は2kg ｵｰﾊﾞｰまで可とする。）
女子 （フリー）	女子の部は、申込用紙に現体重を記入し大会事務局が階級を設定する。選手数が少ない場合は、小学生もしくは男子との参考試合を予定。

※中学生男子＝同階級に相手がいない･選手数が少ない場合は、他階級の選手と参考試合を予定。

（5）表　彰　少年少女の部
各階級1～4位までに賞状、1～3位にメダルを授与する。
中学生の部、オープンの部
各階級1～3位まで賞状を授与する。

8 参加料　〇1，000円
※大会当日に徴収する。
※保険は、各自でスポーツ保険に必ず加入済みであること。

9 申込締切　〇令和8年8月18日（火）必着

10 申込方法　〇少年少女の部

小諸キッズレスリングクラブ　井出　優　宛
メール　：　masaru-i@ctknet.ne.jp
FAX　：　0267－26－2002　電話:090－1828－5156

〇中学生の部、オープンの部

郵送　：　〒385-0022
小諸義塾高校　甘利嘉一　宛
メール　：　yamari@m.nagano-c.ed.jp
FAX　：　0267－25－3785　電話:0267-22-0103

11 その他　（1）試合は必ず試合用ユニフォームを着用する。
（2）シューズのひもが緩まないようにテーピングで止める。
（3）ゴミは必ず各自で持ち帰ってください。
（4）長野県レスリング協会では、初心者でも安全に競技をするためのルール説明や練習方法の指導を行っています。ご希望があれば事務局までご連絡ください。
（5）大会実施にあたり、不明な点は上記大会申込み担当者または下記事務局までお問い合わせください。
（6）〔大会事務局〕小諸市大字御影新田 602　黒岩孝幸　電話 090-5574-0625