

練習会場注意事項

1. 補助競技場

(1) 補助競技場の使用時間は次のとおりとする。

日付	使用時間
9月4日(木)【大会前日】	13:00～17:00
9月5日(金)【第1日】	8:00～19:30
9月6日(土)【第2日】	8:00～19:30
9月7日(日)【第3日】	7:30～15:00

(2) 補助競技場では、トラック種目及び跳躍種目（棒高跳を除く）の練習を行うことができる。

(3) トラックのレーンの使い方は、以下の通りとする。

○直線走路

- ・1～2レーン：中長距離及びジョッグ
- ・3～6レーン：短距離・スタートダッシュ練習
- ・7レーン：女子100mH用
- ・8レーン：男子110mH用

○コーナー及びバックストレート

- ・400mHは、ホームストレートを除く7～8レーンに設置する。

(4) 投てき練習及び棒高跳の練習は、禁止とする。メディシンボール等の使用も認めない。

(5) 事故防止のため、逆走は避けること。

(6) 芝生内への立ち入りは、原則禁止とする。

2. 投てき練習場

(1) 投てき練習場の使用時間は、次の通りとする。

○9月4日(木)【大会前日】

時間	種目
13:00～14:00	円盤投
14:00～15:00	ハンマー投
15:00～16:00	やり投
16:00～17:00	砲丸投

○9月5日(金)【第1日】

時間	種目
8:00～9:30	やり投
9:30～10:30	ハンマー投
10:30以降	使用不可

○9月6日(土)【第2日】

時間	種目
8:00～10:00	円盤投
10:00～11:30	ハンマー投
11:30～14:30	やり投
14:30～17:00	ハンマー投
17:00～18:00	砲丸投

○9月7日(日)【第3日】

時間	種目
7:30～11:30	円盤投
7:30～11:30	砲丸投

(2) 投てき用具は、各自が用意すること。

3. 雨天練習場

- (1) 雨天練習場の使用時間は次のとおりとする。

日付	使用時間
9月5日(金)【第1日】	8:00~19:30
9月6日(土)【第2日】	8:00~19:30
9月7日(日)【第3日】	7:30~15:00

- (2) ハードルの使用は雨天時に限り、以下の時間帯のみ、以下に指定するレーンで認めることとする。なお、ハードルを使用する際には、必ず指導者の立会いの下、危険の無いように行うこと。

○9月5日(金)【第1日】

時間	3レーン	4レーン
8:00~10:10	—	女子 100mH

○9月6日(土)【第2日】

時間	3レーン	4レーン
8:00~10:40	女子 100mH	男子 110mH
11:30~13:50	女子 400mH	男子 400mH

○9月7日(日)【第3日】

時間	3レーン	4レーン
9:15~11:15	女子 100mH	男子 110mH
11:15~12:35	女子 400mH	男子 400mH
12:35~14:10	女子 100mH	男子 110mH

- (3) 雨天練習場の一部をトレーナー活動場所として使用しているので、危険の無いよう配慮すること。

4. その他

- (1) 練習会場では事故防止に努め、競技役員の指示に従うこと。
- (2) 練習会場には、選手・チームスタッフ・競技役員以外は立ち入らないこと。
- (3) 各練習会場のトラックにおいて、牽引ロープ及びミニハードル等の用具を使用する練習は禁止する。
- (4) 本競技場での練習は、全日禁止とする。
- (5) その他不明な点は、ウォーミングアップ場係に確認すること。