

## 練習に関する注意事項

- (1) ヤンマーフィールド長居バックスタンド裏もしくは長居公園周回道路にて行うこと。他の選手の迷惑にならないよう配慮すること。長居公園周回道路を使用する場合は一般の方に十分配慮すること。ただし、競技開始前に限り、競技場内にて練習することができる。なお、招集所、補助員待機場所として使用するため雨天走路での練習は禁止とする。
- (2) 練習の際は事故防止に努め、競技役員の指示に従うこと。
- (3) 競技場内での練習時間は以下の通りとする。

	9/2 (木) 大会1日目	9/3 (金) 2日目
練習時間	9:15~10:00	9:15~10:00

- (4) 練習で用器具を使用する際は、用器具係の競技役員に申し出ること。使用した後は元の場所まで返却すること。
- (5) 競技場の器具を破損した場合は、当該競技者の所属する大学より必要代金を徴収する場合がある。
- (6) ハードルの練習は以下の通りとする。なお、(4)と同様に使用した後は元の場所まで返却すること。

	9/2 (木) 大会1日目	9/3 (金) 2日目
詳細	【110mH 100mH】 バックストレート 100mH・・・8レーン メインストレート 110mH・・・9レーン	【400mH】 第1曲走路 男子・・・8レーン 女子・・・9レーン

- (7) ハードルの練習をする際に、故意に手でハードルを倒すことは禁止とする。
- (8) その他、トラックのレーンの使い方は以下の通りとする。  
 1,2レーン…長距離スピード練習 ※ジョッグやウォーミングアップ等は長居公園周回道路等を使用すること。  
 3,4レーン…短距離コーナー練習・リレーバトン練習  
 5,6レーン…直走路短距離スタート練習
- (9) 事故防止のため、逆走は禁止とする。
- (10) 事故防止のため、走路を横切るとは禁止する。また、やむを得ない事情で走路を横切の際は、十分周りに気を付けること。
- (11) 芝生内への立ち入りは原則禁止とする。
- (12) 投てき練習及び跳躍練習は禁止とする。
- (13) 迷惑撮影等不審な行為を見かけたら、近くの審判員に連絡すること。
- (14) 各自で体調を管理し、こまめに水分を補給すること。
- (15) 練習等の運動時以外はマスクを着用すること。
- (16) その他不明な点は、大会本部に確認すること。