

### 練習に関する注意事項

- (1) 練習は西京極総合運動公園補助競技場にて行うこと。主競技場でのウォーミングアップは禁止とする。
- (2) 練習場の使用時間は次の通りとする。  
1 日目 (25 日) 9:00～16:50      2 日目 (26 日) 9:00～16:50  
3 日目 (27 日) 9:00～16:50      4 日目 (28 日) 8:30～15:00
- (3) 練習の際は事故防止に努め、競技役員の指示に従うこと。
- (4) 練習で用器具を使用する際は、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ります。
- (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場所まで返却すること。

日付	5/25(水) 【大会 1 日目】	5/26(木) 【大会 2 日目】	5/27(金) 【大会 3 日目】	5/28(土) 【大会 4 日目】
詳細	【110mH・100mH】 メインストレート 100mH：8 レーン 110mH：7 レーン	【110mH・100mH】 メインストレート 100mH：8 レーン 110mH：7 レーン	【100mH】 メインストレート 8 レーン 【400mH】第 1 曲走路 男子：7 レーン 女子：8 レーン	【400mH】第 1 曲走路 男子：7 レーン 女子：8 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) 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  
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) ジョギングは芝生内、または補助競技場外で行うこと。補助競技場外で行う場合には、一般利用客に十分注意すること。公園内での集団練習は、感染症対策の観点から行わないこと。
- (10) 芝生内で練習する場合、芝生保護のためスパイクでの立ち入りは禁止とする。
- (11) ミニハードル、メディシンボール、ゴムチューブの練習場への持ち込みは禁止とする。
- (12) リレー・走高跳で使用したマーカーテープは必ず剥がして持ち帰ること。
- (13) 事故防止のため、逆走は禁止とする。黒いウェザーの上を通りスタート地点に戻ることに。
- (14) 事故防止のため、走路を横切るとは禁止する。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。
- (15) 補助競技場での跳躍練習(棒高跳を除く)は以下の場所で可能とする。  
走高跳…第 3・4 コーナー内    走幅跳・三段跳…バックストレート側ピット
- (16) 迷惑撮影等不審な行為を見かけたら、近くの審判に連絡すること。
- (17) 練習等の運動時以外はマスクを着用すること。
- (18) その他不明な点は、大会本部に確認すること。