

# 練習に関する注意事項（案）

1. アサダスタジアム(1日目 9:00～9:45 2日目 9:00～10:15)、明石公園補助競技場、雨天練習場にて行うこと。
2. 他の選手の迷惑にならないよう配慮すること。
3. 明石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。
4. 練習の際は事故防止に努め、競技役員の指示に従うこと。
5. 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。
6. 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。
7. ハードルの練習はアサダスタジアム(1日目 9:00～9:45 2日目 9:00～10:15)にて以下の通りとする。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。

	4/2(土) 大会1日目	4/3(日) 大会2日目
詳細	<b>【100mH】</b> メインストレート 100mH…8レーン	<b>【400mH】</b> 第2曲走路 男子…7レーン 女子…8レーン <b>【110mH 100mH】</b> メインストレート 110mH…7レーン 100mH…8レーン

8. 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。
9. 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日目】 1,2レーン…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
  - 【2日目】 1,2レーン…長距離及びジョッグ  
4,5レーン…短距離・スタートダッシュ練習
10. 補助競技場、雨天練習場で用器具の使用は認めない。
11. 補助競技場、雨天練習場は9時～競技終了時刻まで使用可能とする。
12. 事故防止のため、逆走は禁止とする。
13. 事故防止のため、レーンを横切るとは禁止する。また、やむを得ない事情でレーンを横切る際は、十分周りに気を付けること。
14. 主競技場の芝生内への立ち入りは原則禁止とする。
15. 投てき練習及び跳躍練習は禁止とする。公式練習はこの限りではない。
16. その他不明な点は、大会本部に確認すること。