

練習に関する注意事項(案)

- (1) 西京極総合運動公園補助陸上競技場にて行うこと。主競技場でのアップは厳禁とする。他の選手の迷惑にならないよう配慮すること。
- (2) 西京極総合運動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。
- (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、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。

	4/8(金) 大会1日目	4/9(土) 大会2日目
詳細	【110mH 100mH】 メインストレート 100mH…7レーン 110mH…8レーン	【400mH】 第2曲走路 男子…3レーン 女子…4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
5～8レーン…短距離・スタートダッシュ練習
- (9) 事故防止のため、逆走は禁止とする。
- (10) 事故防止のため、補助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) その他不明な点は、大会本部に確認すること。