

## 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練習すること。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・トレーナーブース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。また、他の選手や一般の人に十分配慮すること。
- (3) 競技場内での練習時間は 8:30～9:45 とする。
- (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。

| 日付 | 10/16(火)<br>大会 1 日目                                     | 10/17(水)<br>大会 2 日目                                     | 10/18(木)<br>大会 3 日目                                                        | 10/19(金)<br>大会 4 日目                        |
|----|---------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------|
| 詳細 | 【110mH・100mH】<br>バックストレート<br>110mH…9 レーン<br>100mH…8 レーン | 【110mH・100mH】<br>バックストレート<br>110mH…9 レーン<br>100mH…8 レーン | 【100mH】<br>バックストレート<br>9 レーン<br>【400mH】<br>第 1 曲走路<br>男子…7 レーン<br>女子…8 レーン | 【400mH】<br>第 1 曲走路<br>男子…8 レーン<br>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…長距離及びジョッグ
  - 3～6 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。