

練習会場注意事項

1. 補助陸上競技場について

1) 使用時間は次の通りとする。

日 付	10月5日(土)【第1日】	10月6日(日)【第2日】
使用時間	7:30~15:30	7:30~14:30

2) トラック種目及び跳躍種目（棒高跳を除く）の練習を行うことができる。

3) 用器具はスタートブロック・ハードル・走幅跳・走高跳・三段跳のみ貸し出しをする。
その他、競技場の利用及び用器具の貸し出しについては、練習場係の指示に従うこと。

4) トラックのレーンの使い方は、以下の使い方を原則とする。

指定されていないレーンに関しては譲り合って使うこと。

○ホームストレート

- 1~2 レーン：中長距離及びジョグ
- 3~6 レーン：短距離・SD 練習
- 7 レーン：女子 100mH
- 8 レーン：男子 110mH

○第1曲走路~バックストレート

- 1~2 レーン：中長距離及びジョグ
- 5 レーン：女子 400mH
- 6 レーン：男子 400mH

5) 下記の時間帯は、記載の競技練習を優先する。

日 付	10月5日(土)【第1日】		
使用時間	12:00~14:00		14:00~15:15
種目(場所)	女子 100mH (5.6 レーン)	男子 110mH (7.8 レーン)	男女 4×100mR (3.4 レーン)

6) 砲丸投を除く投てき物を利用した練習は禁止する。

7) 逆走は接触事故防止のため禁止する。

2. 本陸上競技場について

本陸上競技場は、**7:30 から競技開始 30 分前までは**、トラックを全面使用できる。

ただし、競技の準備支障が出る場合は役員の指示に従い、ウォームアップを中断すること。