東海学生長距離競技会
練習会場注意事項

１．　ウォームアップ場（野球場）について

1）使用時間は、１１：３０から１６：００までとする。

2）利用方法は以下の通りである。
ジョギング、ダッシュ、ドリルなどのウォーミングアップを行うことができる。
スパイクを利用しての練習は実施しないこと。
※ジョギングについては、運動公園内ジョギングコースを利用することも可能であるが、その際は一般の利用者に十分注意・配慮をすること。

3）ウォームアップ場で使用する用器具は、主催者側で用意しない。
重量のあるものについては、グラウンド保護の観点から設置を禁止する。（競技用ハードル等）

4）受付を済ませ、リストバンドを着用した者のみ利用できる。

5）競技役員の指示があった場合には、それに従うこと。

２．　本陸上競技場について

1）**開場時間（１１：３０）から競技開始の２０分前まで**は、本競技場をウォームアップ場として開放する。
このとき、機材設営等の準備の妨げにならないよう注意し、競技役員の指示があった場合には速やかに従うこと。
この時間の競技エリアの使い方については、ウォークの際は１レーン、ダッシュの際は７・８レーンを使用すること。

2）これ以降の競技場のウォームアップについては、**男女１００００mW及び５０００mW の競技中**を除き、バックストレートの６～８レーンのみで許可するが、スタート時などは競技進行に十分に配慮すること。
※男女１００００mW及び５０００mW の競技中は、バックストレートの使用を認めない。
芝生内でのウォームアップは大会運営に支障が出るため禁止する。また、競技役員の指示があった場合は、それに従うこと。