

	本 競 技 場			
	トラック・跳躍	砲 丸 投	円 盤 投	や り 投
9月9日(金)	14:00~17:00	14:00~17:00	15:30~17:00	14:00~15:30
9月10日(土)	7:05~9:20	7:05~9:20	8:20~9:20(女)	7:05~8:20(男)
	競技終了後~17:00	競技終了後~17:00		競技終了後~17:00
9月11日(日)	7:05~9:00	7:05~8:40	競技終了後~17:30	7:05~9:00
	競技終了後~17:30	競技終了後~17:30		
9月12日(月)	7:05~9:00	7:05~8:40	7:05~8:00(男)	8:00~8:40(女)

	補 助 競 技 場		
	トラック・幅・三段・高	砲 丸 投	やり投・円盤・ハンマー
9月12日(木)	14:00~17:00	14:00~17:00	禁止
9月13日(金)	7:05~17:00	7:05~17:00	禁止
9月14日(土)	7:05~17:30	7:05~17:30	禁止
9月15日(日)	7:05~15:00	7:05~15:00	禁止

1 トラック競技の練習について

(1)本競技場

① ジョギングはトラックの外周を使用すること。

② レーンの区分について

・周回1、2レーンの中・長距離並びに競歩関係 ・周回3~6レーンはリレーのバトンパスを含めた短距離(第4コーナー禁止)

・第一曲走路からバックストレートの7、8レーンは400H

・ホームストレート3~7レーンは短距離 ・8、9レーンはハードル

・バトンパスについては第4コーナー以外で行うこと。

③ 室内練習場は雨天に限らず使用可。ただし、ジョギング、ドリルのみの使用とする。

④ 室内練習場への出入りは裏からとする。

(注)各レーンとも、第4コーナーからホームストレートへの交点付近は危険なので特に注意すること。

(2)補助競技場

① ジョギングはトラックの外周を使用すること。

② レーンの区分について

・周回1、2レーンの中・長距離並びに競歩関係 ・周回3、4レーンはリレーのバトンパスを含めた短距離(第4コーナー禁止)

・ホームストレート3、4レーンは短距離 ・5、6レーンはハードル

・バトンパスについては第4コーナー以外で行うこと。

2 その他

① 各種目の練習については安全に注意し、各学校の監督の責任において行うこと。

② 本競技場の芝エリアは投てき練習のみとする。(上記区分を厳守すること)

③ ハンマー投げの練習場はありません。

④ 競技場の開門時間は7:00、閉門時間は18:00となります。

※ 本競技場、補助競技場において事故につながる危険性があるため、レーン内での次の行為を禁止します。

① 牽引走(トーイング)

② ミニハードルなど道具をレーン上に置いての練習

③ 急に立ち止まったりする行為、逆走、急なレーン変更