

練習に関する注意事項

1. ヤンマーフィールド長居

- (1) ウォーミングアップはヤンマーフィールド長居のバックスタンド裏走路にて行うこと。ただし、競技開始前に限り、競技場内にてウォーミングアップを行うことができる。競技場内の練習時間は以下の通りとする。

10/30(木)	10/31(金)	11/1(土)	11/2(日)
7：45～8：30	7：45～8：30	7：45～8：30	7：45～8：30

- (2) 雨天練習場でのウォーミングアップは原則として認めない。ただし、雨天の場合は雨天練習場でのウォーミングアップを可能とする。その際は、他の選手と譲り合って使用し、競技役員の指示には従うこと。

- (3) トラックレーンの使い方は、次の通りとする。※当日の状況に応じ変更することがある。

レーン	種 目
1・2	中長距離・ジョギング・競歩
3・4	短距離スタートダッシュ練習 短距離コーナー練習・リレーバトン練習（第1曲走路）
5・6	1～3日目：女子 100mH（メイン） 3～4日目：女子 400mH（第1曲走路）
7・8	1～2日目：男子 110mH（メイン） 3～4日目：男子 400mH（第1曲走路）

- (4) 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する。

2. その他

- (1) 競技場周辺の公園道路でのウォーミングアップは禁止する。
- (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、他の選手の迷惑にならないように配慮すること。
- (3) 練習で用器具を使用する際は、用器具係の競技役員まで申し出ること。また、使用した後は元の場所まで返却すること。
- (4) 競技場の器具を破損した場合は、用器具係の競技役員まで申し出ること。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。
- (5) ミニハードル・メディシンボール・ゴムチューブ等の練習場への持ち込みは禁止する。
- (6) 事故防止のため、逆走および走路を横切ることは禁止する。やむを得ない事情で走路を横切る際は、十分周りに気を付けること。
- (7) リレーの練習の際のマークは、養生テープを使用すること。競技場保護のため、それ以外のテープは認めない。
- (8) 芝生内への立ち入りは原則禁止とする。
- (9) 迷惑撮影等の不審な行為を見かけたら、近くの競技役員まで連絡すること。
- (10) その他不明な点は、近くの競技役員または大会本部に確認すること。

関西学生陸上競技連盟