

## 練習会場日程表

- ※入場には全日程IDカードを提示してください。 ※ 投てき用具は各自用意してください  
 ※今回投擲練習会場は主・補助競技場のみです。(別会場なし)  
 ※公園内でメディシンボールなど投げることは、公園のルールとして禁止です。

10月23日(金) 12:00開門

| 主競技場       |             |
|------------|-------------|
| トラック       | 12:00~16:30 |
| フィールド(跳躍)  |             |
| 走高跳        | 12:00~16:30 |
| 棒高跳        | 12:00~16:30 |
| 走幅跳        | 12:00~16:30 |
| 三段跳        | 12:00~16:30 |
| フィールド(投てき) |             |
| 砲丸投        | 12:00~16:30 |
| 円盤投        | 12:00~14:00 |
| やり投        | 14:00~16:00 |
| ハンマー投      | -           |

| 補助競技場      |                      |
|------------|----------------------|
| トラック       | 12:00~14:00 (用具使用禁止) |
| フィールド(跳躍)  |                      |
| 走高跳        | -                    |
| 棒高跳        | -                    |
| 走幅跳        | -                    |
| 三段跳        | -                    |
| フィールド(投てき) |                      |
| 砲丸投        | -                    |
| 円盤投        | -                    |
| やり投        | -                    |
| ハンマー投      | 14:00~16:00          |

10月24日(土) 7:00開門

| 主競技場       |           |
|------------|-----------|
| トラック       | 7:00~9:00 |
| フィールド(跳躍)  |           |
| 走高跳        | -         |
| 棒高跳        | 7:15~9:00 |
| 走幅跳        | 7:15~9:00 |
| 三段跳        | -         |
| フィールド(投てき) |           |
| 砲丸投        | 7:15~9:00 |
| 円盤投        | 7:15~9:00 |
| やり投        | -         |
| ハンマー投      | -         |

| 補助競技場      |                     |
|------------|---------------------|
| トラック       | 7:00~17:00 (一部制限あり) |
| フィールド(跳躍)  |                     |
| 走高跳        | 7:15~16:30          |
| 棒高跳        | -                   |
| 走幅跳        | 9:00~12:45          |
| 三段跳        | 13:00~16:30         |
| フィールド(投てき) |                     |
| 砲丸投        | -                   |
| 円盤投        | -                   |
| やり投        | (男子) 13:30~15:30    |
| ハンマー投      | -                   |

10月25日(日) 7:00開門

| 主競技場       |           |
|------------|-----------|
| トラック       | 7:00~9:00 |
| フィールド(跳躍)  |           |
| 走高跳        | 7:15~9:00 |
| 棒高跳        | -         |
| 走幅跳        | -         |
| 三段跳        | 7:15~9:00 |
| フィールド(投てき) |           |
| 砲丸投        | -         |
| 円盤投        | -         |
| やり投        | -         |
| ハンマー投      | -         |

| 補助競技場      |            |
|------------|------------|
| トラック       | 7:00~16:00 |
| フィールド(跳躍)  |            |
| 走高跳        | 7:15~12:30 |
| 棒高跳        | -          |
| 走幅跳        | -          |
| 三段跳        | 7:15~12:00 |
| フィールド(投てき) |            |
| 砲丸投        | -          |
| 円盤投        | -          |
| やり投        | -          |
| ハンマー投      | -          |

|  |        |             |
|--|--------|-------------|
| *サッカーラグビー場 ※ピッチ立入禁止<br>ジョグ・ドリルのみ・スパイク・練習用具使用禁止 | 23日    | 12:00~16:30 |
|  | 24・25日 | 7:00~16:30  |

### ＜練習会場留意事項＞

1 練習は必ず引率責任者が付添い、事故防止に努めてください。上記の場所と時間を厳守し、競技役員・練習会場係の指示に従ってください。 \*逆走と牽引走及び練習補助用具を持ち込んでの練習は厳禁とします。

2 競技場のレーン区分について

| 種目       | 主競技場     |
|----------|----------|
| 中・長距離・競歩 | 1~3レーン   |
| 短距離・リレー  | 4~7レーン   |
| 100mH    | 8レーン・ホーム |
| 110mH    | 9レーン・ホーム |
| 400mH(女) | 8レーン・バック |
| 400mH(男) | 9レーン・バック |

| 種目       | 補助競技場    |
|----------|----------|
| 中・長距離・競歩 | 1・2レーン   |
| 短距離・リレー  | 3~6レーン   |
| 100mH    | 7レーン・ホーム |
| 110mH    | 8レーン・ホーム |
| 400mH(女) | 7レーン・バック |
| 400mH(男) | 8レーン・バック |

3 スタートブロックの設置は、第1コーナーと100mスタート地点のみとします。