

ウォーミングアップエリアについて

1. ウォーミングアップエリアについては下記の図の通りとする。
2. ウォーミングアップエリアでの逆走は禁止とし、一方通行とする。
3. 芝生内の使用を許可するが、下記図内の点線(オレンジ色)よりもホームストレート側に行くことを禁止する。
4. トラック内において、各自で持ち込んだ用器具(ミニハードル、メ
ディシンボール等)の使用は認めない。

招集所

← 一方通行で走行

バックストレート
1～2L：ドリル
3・4L：流し、スプリント練習
5～8L：スタート練習

【フィールド芝内の使用について】

- ・ジョギング、ドリル
- ・流し、ダッシュ（スパイクなし）など
- ・コーンよりホームストレート側は立入禁止

→ 一方通行で使用

選手
待機場所

【競技終了後】
芝生内またはトラックに沿って待機場所へ戻ること。
ホーム側は立入禁止とする。

スタンド