

## 練習会場使用日程表

- 1 練習にあたっては、競技役員の手配に従うこと。
- 2 練習には必ず引率者が付き添い、安全に留意すること。
- 3 逆走は禁止し、歩行、静止を極力避けること。
- 4 チューブ・メディシングボール・ミニハードル・ラダー等の用具を使用する練習は多目的広場の指定された場所で行うこと。
- 5 砲丸投の回転投法の選手は、必ず多目的広場の砲丸投ピットで行うこと。

### 本競技場

	トラック種目	跳躍種目	投てき種目
8月19日(金)	12:00 ~ 16:00	12:00 ~ 16:00	12:00 ~ 16:00 砲丸投・円盤投 ピットの確認 やり投 投てき可
8月20日(土)	7:30 ~ 9:00	7:30 ~ 9:00	禁止
8月21日(日)	7:30 ~ 9:00	7:30 ~ 9:00	禁止

#### レーン区分

- |             |                  |
|-------------|------------------|
| ① 周回 1～2レーン | 中・長距離            |
| ② 周回 3～7レーン | 短距離・リレー          |
| ③ 第1～第3コーナー | 8レーン 女子 400mH    |
|             | 9レーン 男子 400mH    |
| ④ ホームストレート  | 3～5レーン 短距離(スタブロ) |
|             | 6～7レーン 100mH     |
|             | 8～9レーン 110mH     |

### 補助競技場

	トラック種目	跳躍種目	投てき種目
8月19日(金)	12:00 ~ 16:00	12:00 ~ 16:00	12:00 ~ 16:00 砲丸投のみ 回転投法以外は可
8月20日(土)	7:00 ~ 17:00	7:00 ~ 17:00	7:00 ~ 17:00 砲丸投のみ 回転投法以外は可
8月21日(日)	7:00 ~ 14:00	7:00 ~ 11:30	7:00 ~ 11:30 砲丸投のみ 回転投法以外は可

#### レーン区分

- |             |                  |
|-------------|------------------|
| ① 周回 1～2レーン | 中・長距離            |
| ② 周回 3～4レーン | 短距離・リレー          |
| ③ 第1～第3コーナー | 5レーン 女子 400mH    |
|             | 6レーン 男子 400mH    |
| ④ ホームストレート  | 5～6レーン 短距離(スタブロ) |
|             | 8～9レーン 100mH     |
|             | 10～11レーン 110mH   |

## 多目的広場

(注) 砲丸投の回転投法は必ず多目的広場で行ってください

	砲丸投	円盤投	チューブ等
8月19日(金)	12:00 ~ 14:00	14:00 ~ 16:00	12:00 ~ 16:00
8月20日(土)	13:00 ~ 17:00	7:00 ~ 13:00	7:00 ~ 16:00
8月21日(日)	7:00 ~ 14:00	7:00 ~ 13:00	7:00 ~ 14:00

## 球技場

- 助走を付けての投てき練習はできません。

	やり投
8月19日(金)	12:00 ~ 16:00
8月20日(土)	7:00 ~ 16:00
8月21日(日)	7:00 ~ 11:00

## 雨天練習場

- ① 雨天練習場へは、第2ゲート側の入り口より入場することができる。第3ゲートからの出入りは禁止する。
- ② シートを敷いての独占的な使用は禁止する。
- ③ ウォーキング・ジョギングなど、ペースが著しく遅いウォーミングアップ、または動きづくり程度の練習は行ってもよい。それ以外は補助競技場で行うこと。
- ④ ウォーキング・ジョギング等は左回りとし、逆走はしない。
- ⑤ ピストルの使用は禁止する。
- ⑥ ハードルは使用できない。