

◇ 開 始 式 次 第

8月20日(土) 8:50~

選手団集合完了(各県20名以上、各県陸協旗持参)

来賓、役員、審判団整列

- 1 開 式 通 告
- 2 国旗、東北陸協旗、大会旗掲揚
- 3 優勝旗、優勝杯返還
前年度男女総合優勝 山形県
前年度男子総合優勝 岩手県
前年度女子総合優勝 山形県
- 4 あ い さ つ
東北陸上競技協会会長 羽 角 光 一
一般財団法人青森陸上競技協会会長 吉 原 朋 治
- 5 審 判 長 注 意
一般財団法人青森陸上競技協会審判部長 小 野 武 則
- 6 選 手 宣 誓
弘前実業高校 陸上競技部 3年 山 下 優 衣
- 7 競 技 開 始 宣 言
東北陸上競技協会理事長 佐 藤 隆
- 8 閉 式 通 告
選手団退場
来賓、役員、審判団退場

◇ 閉 会 式 次 第

8月21日(日) 15:30~

選手団集合完了

- 1 開 式 通 告
- 2 成 績 発 表
東北陸上競技協会理事長 佐 藤 隆
- 3 表 彰
男女総合
男子総合
女子総合
男子トラック
女子トラック
男子フィールド
女子フィールド
- 4 あ い さ つ
東北陸上競技協会会長 羽 角 光 一
- 5 国旗、東北陸協旗、大会旗降納
- 6 閉 式 通 告
選手退場

◇ 3 年 連 続 優 勝 者 表 彰

8月20日(土) 13:15~

女子10000m 田 中 幸(スポーツ山形21) 山形県

競 技 日 程

第1日目 8月20日(土)

| ト ラ ッ ク 競 技 | | | | | | | | |
|-------------------|--------|----|---------|----|-------|-----|-------|-------|
| 順序 | 競技開始時刻 | 種別 | 種 目 | 区分 | 組一着+α | 出場数 | 招集時刻 | |
| | | | | | | | 開始 | 完了 |
| 1 | 10:00 | 女子 | 4×100mR | 予 | 2-3+2 | 11 | 9:30 | 9:45 |
| 2 | 10:15 | 男子 | 4×100mR | 予 | 2-3+2 | 11 | 9:45 | 10:00 |
| 3 | 10:30 | 女子 | 10000m | 決 | | 3 | 10:00 | 10:15 |
| 4 | 11:30 | 女子 | 400m | 予 | 3-2+2 | 17 | 11:00 | 11:15 |
| 5 | 11:45 | 男子 | 400m | 予 | 3-2+2 | 17 | 11:15 | 11:30 |
| 6 | 12:00 | 女子 | 100mH | 予 | 3-2+2 | 17 | 11:30 | 11:45 |
| 7 | 12:20 | 男子 | 110mH | 予 | 3-2+2 | 18 | 11:50 | 12:05 |
| 8 | 12:40 | 女子 | 100m | 予 | 3-2+2 | 17 | 12:10 | 12:25 |
| 9 | 12:55 | 男子 | 100m | 予 | 3-2+2 | 17 | 12:25 | 12:40 |
| 3 年 連 続 優 勝 者 表 彰 | | | | | | | | |
| 10 | 13:20 | 男子 | 10000m | 決 | | 16 | 12:50 | 13:05 |
| 11 | 14:05 | 女子 | 4×100mR | 決 | | 8 | 13:35 | 13:50 |
| 12 | 14:15 | 男子 | 4×100mR | 決 | | 8 | 13:45 | 14:00 |
| 13 | 14:25 | 女子 | 1500m | 決 | | 15 | 13:55 | 14:10 |
| 14 | 14:35 | 男子 | 1500m | 決 | | 16 | 14:05 | 14:20 |
| 15 | 14:50 | 女子 | 100mH | 決 | | 8 | 14:20 | 14:35 |
| 16 | 15:00 | 男子 | 110mH | 決 | | 8 | 14:30 | 14:45 |
| 17 | 15:10 | 女子 | 400m | 決 | | 8 | 14:40 | 14:55 |
| 18 | 15:20 | 男子 | 400m | 決 | | 8 | 14:50 | 15:05 |
| 19 | 15:30 | 女子 | 100m | 決 | | 8 | 15:00 | 15:15 |
| 20 | 15:40 | 男子 | 100m | 決 | | 8 | 15:10 | 15:25 |
| 21 | 15:50 | 男子 | 5000mW | 決 | | 17 | 15:20 | 15:35 |
| 22 | 16:30 | 女子 | 4×400mR | 予 | 2-3+2 | 9 | 16:00 | 16:15 |
| 23 | 16:45 | 男子 | 4×400mR | 予 | 2-3+2 | 10 | 16:15 | 16:30 |

| 跳 躍 競 技 | | | | | | | |
|---------|--------|----|-----|----|----|-------|-------|
| 順序 | 競技開始時刻 | 種別 | 種 目 | 区分 | 人数 | 招集時刻 | |
| | | | | | | 開始 | 完了 |
| 1 | 10:00 | 女子 | 走高跳 | 決 | 17 | 9:10 | 9:20 |
| 2 | 10:30 | 男子 | 棒高跳 | 決 | 18 | 9:10 | 9:20 |
| 3 | 10:40 | 男子 | 三段跳 | 決 | 17 | 9:50 | 10:00 |
| 4 | 13:00 | 男子 | 走高跳 | 決 | 17 | 12:10 | 12:20 |
| 5 | 14:00 | 女子 | 三段跳 | 決 | 16 | 13:10 | 13:20 |

| 投 て き 競 技 | | | | | | | |
|-----------|--------|----|-------|----|----|-------|-------|
| 順序 | 競技開始時刻 | 種別 | 種 目 | 区分 | 人数 | 招集時刻 | |
| | | | | | | 開始 | 完了 |
| 1 | 9:30 | 男子 | 円盤投 | 決 | 17 | 8:40 | 8:50 |
| 2 | 11:30 | 女子 | 円盤投 | 決 | 18 | 10:40 | 10:50 |
| 3 | 13:30 | 男子 | ハンマー投 | 決 | 17 | 12:40 | 12:50 |
| 4 | 15:30 | 女子 | ハンマー投 | 決 | 18 | 14:40 | 14:50 |

競 技 日 程

第2日目 8月21日(日)

| ト ラ ッ ク 競 技 | | | | | | | | |
|-------------|--------|----|---------|----|-------|-----|-------|-------|
| 順序 | 競技開始時刻 | 種別 | 種 目 | 区分 | 組一着+α | 出場数 | 招集時刻 | |
| | | | | | | | 開始 | 完了 |
| 1 | 9:30 | 女子 | 800m | 予 | 3-2+2 | 17 | 9:00 | 9:15 |
| 2 | 9:45 | 男子 | 800m | 予 | 3-2+2 | 18 | 9:15 | 9:30 |
| 3 | 10:00 | 女子 | 5000m | 決 | | 13 | 9:30 | 9:45 |
| 4 | 10:25 | 女子 | 400mH | 予 | 3-2+2 | 17 | 9:55 | 10:10 |
| 5 | 10:45 | 男子 | 400mH | 予 | 3-2+2 | 18 | 10:15 | 10:30 |
| 6 | 11:00 | 女子 | 200m | 予 | 3-2+2 | 18 | 10:30 | 10:45 |
| 7 | 11:15 | 男子 | 200m | 予 | 3-2+2 | 17 | 10:45 | 11:00 |
| 8 | 11:30 | 男子 | 3000mSC | 決 | | 17 | 11:00 | 11:15 |
| 9 | 11:50 | 女子 | 800m | 決 | | 8 | 11:20 | 11:35 |
| 10 | 12:00 | 男子 | 800m | 決 | | 8 | 11:30 | 11:45 |
| 11 | 12:15 | 女子 | 400mH | 決 | | 8 | 11:45 | 12:00 |
| 12 | 12:25 | 男子 | 400mH | 決 | | 8 | 11:55 | 12:10 |
| 13 | 12:35 | 女子 | 200m | 決 | | 8 | 12:05 | 12:20 |
| 14 | 12:45 | 男子 | 200m | 決 | | 8 | 12:15 | 12:30 |
| 15 | 12:55 | 女子 | 5000mW | 決 | | 14 | 12:25 | 12:40 |
| 16 | 13:40 | 女子 | 3000mSC | 決 | | 11 | 13:10 | 13:25 |
| 17 | 14:00 | 男子 | 5000m | 決 | | 17 | 13:30 | 13:45 |
| 18 | 14:25 | 女子 | 4×400mR | 決 | | 8 | 13:55 | 14:10 |
| 19 | 14:35 | 男子 | 4×400mR | 決 | | 8 | 14:05 | 14:20 |

| 跳 躍 競 技 | | | | | | | |
|---------|--------|----|-----|----|----|-------|-------|
| 順序 | 競技開始時刻 | 種別 | 種 目 | 区分 | 人数 | 招集時刻 | |
| | | | | | | 開始 | 完了 |
| 1 | 9:30 | 男子 | 走幅跳 | 決 | 17 | 8:40 | 8:50 |
| 2 | 10:00 | 女子 | 棒高跳 | 決 | 17 | 9:00 | 9:10 |
| 3 | 12:00 | 女子 | 走幅跳 | 決 | 17 | 11:10 | 11:20 |

| 投 て き 競 技 | | | | | | | |
|-----------|--------|----|-----|----|----|-------|-------|
| 順序 | 競技開始時刻 | 種別 | 種 目 | 区分 | 人数 | 招集時刻 | |
| | | | | | | 開始 | 完了 |
| 1 | 9:30 | 男子 | やり投 | 決 | 15 | 8:10 | 8:20 |
| 2 | 10:00 | 女子 | 砲丸投 | 決 | 17 | 9:20 | 9:30 |
| 3 | 12:00 | 女子 | やり投 | 決 | 17 | 10:40 | 10:50 |
| 4 | 12:30 | 男子 | 砲丸投 | 決 | 17 | 11:50 | 12:00 |

競 技 注 意 事 項

1 競技規則について

本大会は、2016年度日本陸上競技連盟競技規則及び本大会の申し合わせ事項によって実施する。

2 招集について

- (1) 招集所は100mスタート側スタンド下に設置する。
- (2) 招集開始時刻及び招集完了は、競技開始時刻に対して次の通りとする。

| 種 目 | 招集開始時刻 | 招集完了時刻 |
|--------------|--------|--------|
| トラック競技 | 30分前 | 15分前 |
| 跳躍競技(棒高跳除く) | 50分前 | 40分前 |
| 棒高跳(男子) | 80分前 | 70分前 |
| 棒高跳(女子) | 60分前 | 50分前 |
| 投てき競技(砲丸投除く) | 50分前 | 40分前 |
| 砲丸投 | 40分前 | 30分前 |
| やり投 | 80分前 | 70分前 |

(3) 招集方法

- ① 招集開始時刻に招集所で競技者係の点呼を受ける。その際、ユニフォーム・ナンバーカード・スパイクピン・商標の点検を受ける。また競技区域への持込物品等について確認を受ける。
- ② 代理人による最終点呼は認めない。2種目を同時に兼ねて出場する競技者は、あらかじめその旨を本人または代理人が「2種目同時出場届」を1種目目の招集完了時刻までに届け出る
- ③ リレー競技に出場するチームは、所定の招集所に用意した「リレーオーダー用紙」(3枚つづり)に記入し、招集完了時刻の1時間前まで招集所に提出する。決勝においても変更の有無に関わらず提出する。
- ④ 出場種目を棄権する場合は招集開始時刻までに「欠場届」を招集所に提出する。
- ⑤ 提出する書類については招集所に準備をしている。

4 ナンバーカードについて

- (1) ナンバーカードは2枚配布する。(競技規則143条7・8)

(2) 腰ナンバー標識について

- ① トラック競技に出場する競技者は、配布された腰ナンバー標識をパンツの右側(サイド中央から後方寄り)につける。
- ② 4×100m R、4×400m Rは、第4走者に腰ナンバー標識1枚が配布され、右側につける。
- ③ 4×400m Rでは、第2・3走者は右側に腰ナンバー標識をつける。

(3) 特別ナンバーカードについて

以下の種目では、特別ナンバーカードと腰ナンバー標識を使用する。(招集所で配布する)

5000m、10000m、5000m W、3000m S C、4×400m R

- (4) 跳躍競技に出場する競技者は、ナンバーカードを胸または背につけるだけでよい。

5 競技場内への入退場について

- (1) 招集所から競技者係の誘導により競技場に入場する。
- (2) 競技終了後は競技役員の指示に従い退場する。なお、1位から3位の競技者は表彰控え場所(スタンド下中央)に直ちに集合する。

6 競技の抽選及び番組編成について(レーン順・試技順)

- (1) トラック競技のレーン順、フィールド競技の試技順は、プログラムに記載した順番による。
- (2) トラック競技の決勝でのレーン順は、招集所付近の掲示板に表示する。
- (3) タイムによる次のラウンドに進む出場者の決定について、最終枠に同記録がありレーン数が不足する時の処置は、写真判定主任が0.001秒単位の実時間を判定して出場者を決定する。それでも決定できない時は抽選とする。(競技規則第167条2)

7 競技について

(1) トラック競技について

- ①トラック競技の計時は、すべて写真判定装置を使用する。
- ②レーンで行うトラック競技においては、欠場者のレーンは空ける。
- ③短距離走では、競技者の安全のため、フィニッシュライン通過後も自分に割り当てられたレーン（曲走路）を走る。
- ④4×100m Rの第2・3・4走者は各自用意したマーカー（粘着テープ）を使用することができる。レース終了後は第1・2・3走者がチームのマーカーを取り除くこと。
- ⑤4×400m Rにおける第3・4走者は審判員の指示に従い、第2曲走路入り口（黄色旗）を通過した順序で、内側から並び待機すること。
- ⑥男女10000m、男女5000m Wに制限時間を設ける。制限時間内にラスト1周に入らなかった場合は競技を打ち切る。

| 男子10000m | 女子10000m | 男子5000m W | 女子5000m W |
|----------|----------|-----------|-----------|
| 3 5 分 | 4 3 分 | 2 7 分 | 3 2 分 |

- ⑦スターターの合図は英語とする。（「 On your marks 」、「 Set 」）
- ⑧不正スタートについては競技規則第162条7の日本陸連主催大会に準ずる。

(2) フィールド競技について

- ①投てき種目の計測は光波測定器を使用する。ただし、砲丸投についてはメジャー計測とする。
- ②走高跳を除く跳躍種目及びやり投の競技者は、助走路内に主催者が用意したマーカーを2個まで使用することができる。走高跳の競技者は、助走路に競技者本人が用意したマーカー（粘着テープ）を2個までおくことができる。サークルで行う投てき種目は、マーカーを1つだけ使用することができる。
- ③棒高跳の競技者は、自分が希望する支柱の位置を「アップライト申告書」に記入し、招集完了時刻競技まで招集所に提出する。その後、位置を変更したい場合も担当競技役員に申し出る。
- ④フィールド競技における競技場内での練習は競技役員の指示に従う。
- ⑤三段跳の踏切板は、砂場から男子12m、女子9mの位置に設置する。

8 走高跳、棒高跳のバーの上げ方について

- (1) 走高跳・棒高跳のバーの上げ方は、最後の一人になり優勝が決定するまでは次のとおりとする（ただし、天候等の状況により変更することもある）。

| 種目 | 種別 | 練習 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 以降 |
|-----|----|-----------|------|------|------|------|------|------|
| 走高跳 | 男子 | 1m85/2m00 | 1m90 | 1m95 | 2m00 | 2m05 | 2m08 | 3cm |
| | 女子 | 1m45/1m60 | 1m50 | 1m55 | 1m60 | 1m65 | 1m68 | 3cm |
| 棒高跳 | 男子 | 4m20 | 4m30 | 4m40 | 4m50 | 4m60 | 4m70 | 10cm |
| | 女子 | 2m10 | 2m20 | 2m30 | 2m40 | 2m50 | 2m60 | 10cm |

- (2) 棒高跳の公式練習はゴムバーを使用する。

9 競技用具について

棒高跳用ポール以外、競技に使用する用具は主催者が用意したものを使用しなければならない。ただし、投てき用具リストにない投てき物の持ち込みを認めるので、希望者は各種目招集開始時刻までに招集所に申し出る。また、持ち込む投てき用具とともに「投てき用具検査申請書」を提出する。受け付けた「投てき用具」については、「預り証」を発行する。検査に合格した投てき用具については、一括借り上げし参加競技者間で共有できるものとし、競技終了後に「預り証」を確認のうえ庶務係（競技場正面玄関内に設置）で返却する。

10 競技用靴について（競技規則第143条2・3・4・5・6参照）

スパイクピンの長さは、9mm以内、走高跳・やり投は12mm以内とする。いずれの場合もスパイクピンの数は、11本以内とする。

11 結果発表と抗議について

- (1) 各種目の結果発表は第2ゲート外での掲示板（もしくは大会速報携帯QRコード）で行う。
- (2) 発表された結果に対する抗議は、競技規則第146条に定められている時間内（同一日に次のラウンドが行われる場合には15分以内、それ以外は30以内）に、競技者自身または代理人が、総務を通じて審判長に対して口頭で行い、控室で待機する。さらに、この裁定に納得できない場合は預託金（1万円）を添え、総務を通じて上訴審判員に文書で申し出る。

12 表彰について

- (1) 各種目の1位から3位までの競技者は、正面スタンド前で表彰式を行う。
- (2) 各種目の1位にはトロフィーと賞状を、2、3位の競技者には賞状を授与する。
- (3) 県対抗総合成績には1位～3位、男子総合1位～3位、女子総合1位～3位
男子トラック競技1位～3位、女子トラック競技1位～3位
男子フィールド競技1位～3位、女子フィールド競技1位～3位を表彰する。

13 個人情報の取り扱いについて

- (1) 主催者は、個人情報の保護に関する法律及び関連法令を遵守し個人情報を取り扱う。なお、取得した個人情報は、大会の資格審査、プログラム編成及び作成、記録発表、公式ホームページ、その他競技運営及び陸上競技に必要な連絡等に利用する。
- (2) 大会の映像・写真・記事・個人記録等は、主催者及び主催者が承認した第三者が、大会運営及び宣伝等の目的で、大会プログラム・ポスター等の宣伝材料、テレビ・ラジオ・新聞・雑誌・インターネット等の媒体に掲載することがある。

14 一般注意事項

- (1) 競技場内で着用するウェアや持ち込むバッグ等に表示されている商標は、「競技会における広告及び展示物に関する規程」に示すサイズを超えてはならない。これに違反したものについては主催者で処置する。
- (2) 応急処置、その他健康上の問題が生じた場合は医務室に連絡する。
- (3) 競技場での疾病・傷害等の応急処置は主催者が行うが、以後の責任は負わない。
- (4) 更衣室は、メインスタンド内の更衣室を利用できる。更衣室は更衣のみに使用し、荷物は各自で管理する。
- (5) 大会期間中の貴重品の保管は各自で行う。盗難にあってもその責任は負わない。
- (6) 届けられた遺失物については庶務係で保管する。保管期間は、本競技会終了までとする。
- (7) 記録はその都度放送発表するが、第2ゲート外での掲示板もしくは大会速報携帯QRコードで行う。
- (8) 「記録証」を希望する競技者は、庶務係に500円を添えて申し込むこと。
- (9) スタンドを含む競技場内への応援用のぼり・旗等の掲出、展示は「競技会における広告および展示物に関する規程」にもとづく。
- (10) 送付された棒高跳ボールの受け渡しは、庶務係で指示する。また、棒高跳ボールの返送（着払いのみ可）は、競技終了後、庶務係（競技場正面玄関内）に申し出ること。
業者の集荷日時 8月20日(土) 14～16時
21日(日) 13～15時 ※業者：佐川急便
※庶務係としては、上記で示した「着払い・集荷日時」以外は対応できません。
- (11) 提出書類は次の通りとする。

| 提出書類 | 準備・提出場所 | 提出時刻 |
|-----------|---------|-----------------|
| 欠場届 | 招集所 | 招集開始時刻まで |
| リレーオーダー用紙 | 招集所 | 招集開始時刻1時間前まで |
| アップライト申告書 | 招集所 | 招集完了時刻まで |
| 2種目同時出場届 | 招集所 | 先に出場する種目の招集開始時刻 |
| 記録証明書交付願 | 庶務係 | 各競技終了後随時（500円） |

第43回東北総合体育大会

＜競技場使用についての注意事項＞

1 主競技場の開門・閉門時間

| | 8/19(金) | 8/20(土) | 8/21(日) |
|----|---------|---------|---------|
| 開門 | 12:00 | 7:00 | 7:00 |
| 閉門 | 17:30 | 18:00 | 17:00 |

2 競技場・補助競技場・投てき練習場の使用について

- (1) 競技場・補助競技場での練習の際は、安全に留意し、各校の顧問の責任において練習を行ってください。
- (2) 各会場での練習については、別頁「練習会場使用日程」を参照してください。

3 テント設営について

- (1) 競技場周辺芝生部分はテント設営可能です。メインスタンドに、テントは設営しないでください。
- (2) テントは、大会前日より設営可能です。それ以前に設営してある場合は、撤去します。
 - ①主競技場内芝スタンドは、12:00から設営可能です。
 - ②主競技場外の芝生部分は、12:00以前から設営可能です。
 - ③主競技場内において、通路を妨げての設営、フェンスに紐を結びつけての設営はやめてください。
 - ④競技終了後、テント・ブルーシートはたたみ、飛ばされないようにお帰りください。

4 横断幕・のぼりについて

- (1) 横断幕は、メインスタンド最上段・芝スタンドフェンスに設置してください。競技を行う上で支障があるときは、取り外してもらうこともあります。
- (2) 横断幕は、1校1枚をお願いします。
- (3) のぼりは、芝スタンド後ろのフェンスに設置してください。

4 競技用具について

- (1) 競技用具は、用具庫から勝手に持ち出さないでください。
- (2) 投てき練習場での練習用具は各校で準備をお願いします。

5 駐車場について

- (1) 指定されている駐車場に駐車してください。
 - ①大型バス・マイクロバスは、すべて第1駐車場へ（プール、第3ゲート付近への駐車禁止）。
 - ②乗用車は、第1駐車場と第2駐車場へ。競技場裏側臨時駐車場は、競技役員駐車場です。
 - ③「駐車場について」（駐車場について）を参考に駐車してください。
 - ④公園内×印道路は駐車禁止。
 - ⑤県立美術館駐車場には、駐車しないでください。

6 ゴミ処理について

- (1) ゴミは、各校（各自）でゴミ袋を準備し、持ち帰ることを原則とします。ただし、最終日のみ下記に従い処理をすることができる。
 - ①ゴミについては、燃やせるゴミ（ペットボトル含む）と燃やせないゴミに分別し、各校で準備したゴミ袋に入れて袋の口をしっかりと結び、ゴミを処理することができる。
 - ②ゴミ置き場は、正面スタンド外、南側階段下（ゴール側スタンド裏）にあります。

7 その他

- (1) 置き引き、盗難等の発生する恐れがあるので、貴重品の管理は、各校の責任で十分注意してください。荷物を置いたまま、その場を離れることは絶対にしないでください。
- (2) 競技場規則及び監督会議でも申し合わせ事項に従い、ルールとマナーを守ってください。

駐車場について

◎大型バス・マイクロバスは全て第1駐車場へ。

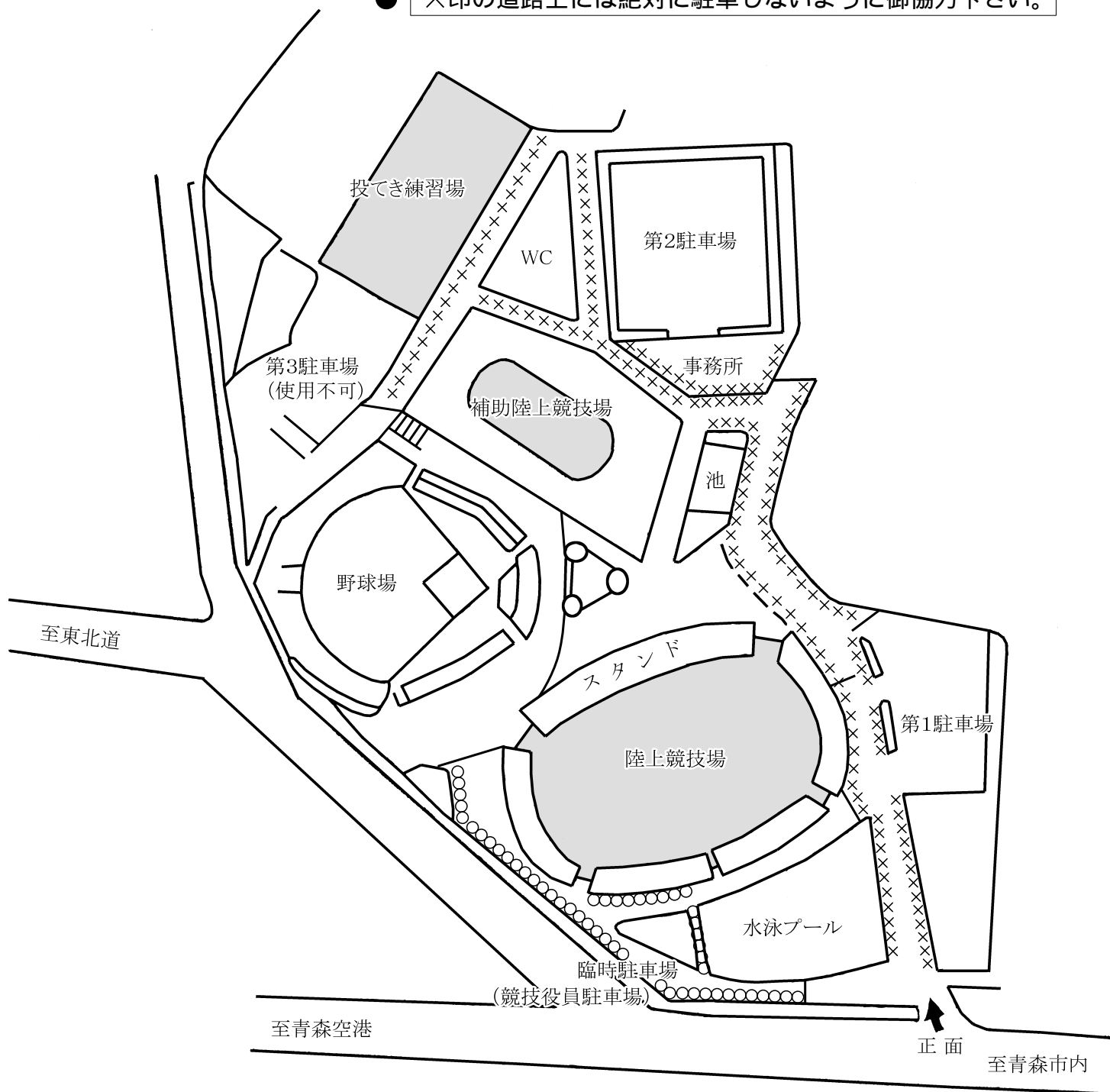
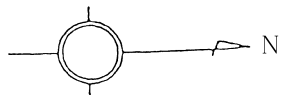
◎普通車は第1駐車場・第2駐車場へ。

◎臨時駐車場は競技役員駐車場になります(○印に駐車)。

◎×印及び緑地帯への駐車は禁止とします。

◎第3駐車場は使用できません。

● ×印の道路上には絶対に駐車しないように御協力下さい。



練習会場の「使用日程」および「レーン区分」について

[A] 使用日程

○主競技場

| | トラック種目 | 跳躍種目 | 投てき種目 | | | |
|-----------|---------------|--------------------------|-------------|------|-------|-------------|
| | | | 砲丸投 | 円盤投 | ハンマー投 | やり投 |
| 8 / 19(金) | 12:00 ~ 16:30 | | 12:00~16:30 | 練習禁止 | | 13:00~15:00 |
| 8 / 20(土) | 練習禁止 | ※女子棒高跳のみ可 男子終了後~17:00 | 練習禁止 | | | |
| 8 / 21(日) | | ※女子棒高跳のみ可 7:30~9:00 | | | | |

○補助競技場

| | トラック種目 | 跳躍種目 | 投てき種目 | | | |
|-----------|---------------|------|-------|-----|-------|-----|
| | | | 砲丸投 | 円盤投 | ハンマー投 | やり投 |
| 8 / 19(金) | 12:00 ~ 17:00 | | 練習禁止 | | | |
| 8 / 20(土) | 7:30 ~ 18:00 | | | | | |
| 8 / 21(日) | 7:30 ~ 15:00 | | | | | |

○投てき練習場(キャッチボール広場)

| | トラック種目 | 跳躍種目 | 投てき種目 | | | |
|-----------|--------|------|-------------|----------------------------|------------------------------|--|
| | | | 砲丸投 | 円盤投 | ハンマー投 | やり投 |
| 8 / 19(金) | / | | 12:00~16:30 | 12:00~14:00 | 14:30~16:30 | 練習禁止 ※招集開始時刻を 早めて、公式練習 の時間に本競技場 内で行う |
| 8 / 20(土) | | | 7:30~17:30 | 男7:30~ 8:30 女9:00~10:30 | 男11:00~12:30 女13:00~14:30 | |
| 8 / 21(日) | | | 7:30~11:40 | 練習禁止 | 練習禁止 | 男7:00~ 8:00 女8:30~10:30 |

[B] レーン区分

○主競技場

| | レーン区分 |
|---|---|
| ① | 周回1・2レーンは、中・長距離並びに競歩、タイムトライアル。 |
| ② | 周回3・4レーンは、200m・400mスタートダッシュ。 |
| ③ | 第2コーナーから第3コーナーの周回3~6レーンは、リレーのバトンパスを含めた短距離。 |
| ④ | 第1コーナーからバックストレートの周回7・8レーンは、400m H。(女子7レーン、男子8レーン) |
| ⑤ | ホームストレート3~6レーンは短距離。 |
| ⑥ | ホームストレート7・8レーンは100m H・110m H。 |
| ⑦ | トラックの外周芝及びフィールド内の外周芝はジョギング。 |

○補助競技場

| | レーン区分 |
|---|---|
| ① | 周回 1・2 レーンは、中・長距離並びに競歩、タイムトライアル。 |
| ② | 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 コーナーは使用禁止) |
| ③ | 第 1 コーナーからバックストレートの周回 5・6 レーンは、400m H。(女子 5 レーン、男子 6 レーン) |
| ④ | ホームストレート 3～4 レーンは短距離。 |
| ⑤ | ホームストレート 5・6 レーンは100m H・110m H。 |
| ⑥ | トラックの外周芝及びフィールド内の外周芝はジョギング。 |

[C] 注意事項

○主競技場

- 1) ミニハードル、ラダー等の用器具を用いた練習は禁止とする。
- 2) レーン内で体操、ドリル、トーイング等の練習は禁止とする。
- 3) レーンの逆走は禁止する。
- 4) レーン内の歩行はできるだけ避ける。
- 5) レーン内で立ち止まらない。
- 6) レーンを横断する際は、左右を確認し駆け足を原則とする。

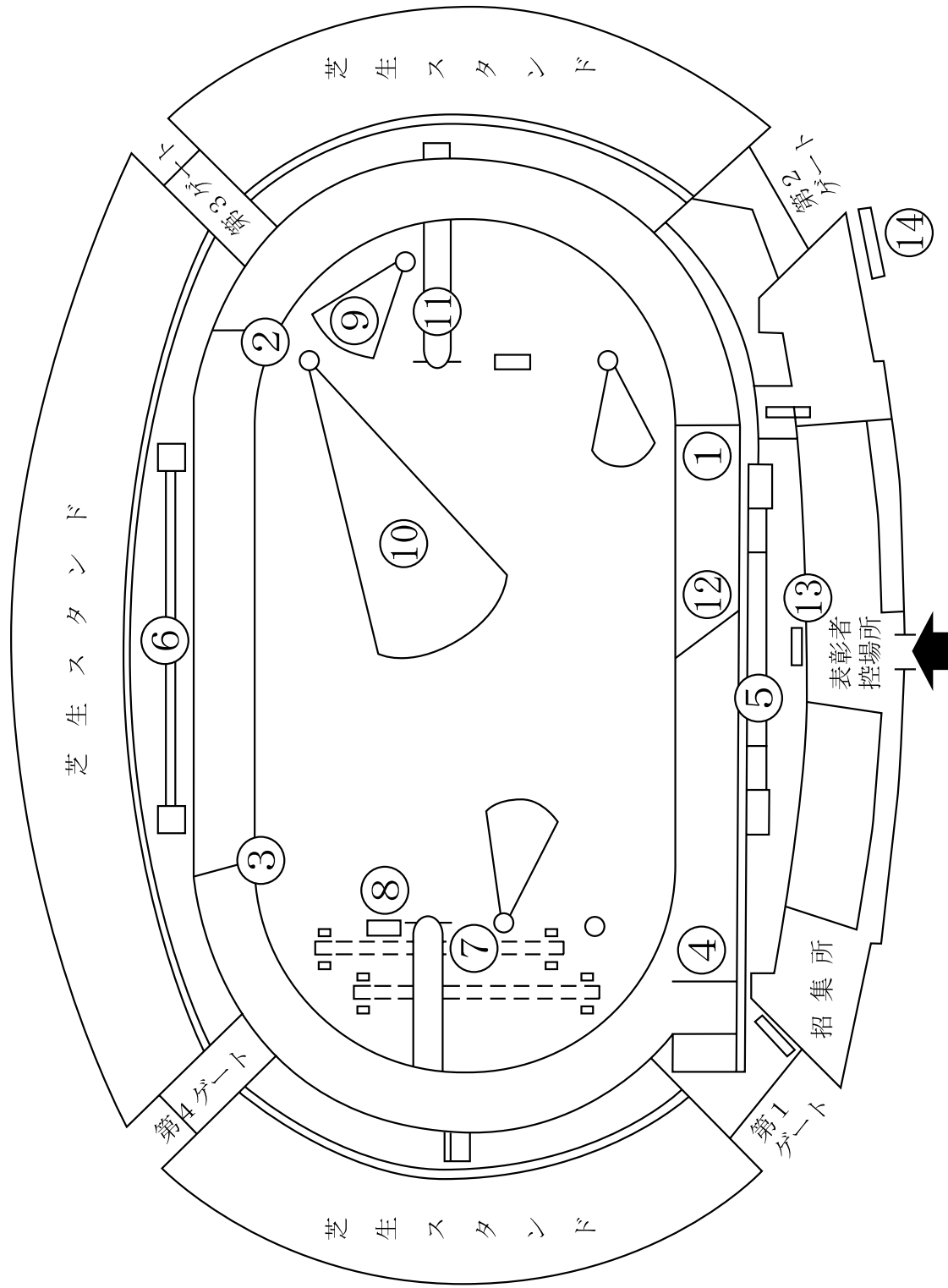
○補助競技場

- 1) 補助競技場フィールド内の芝のみ、ミニハードル、ラダーおよびドリル、トーイング等の練習を認める。
- 2) 用器具を用いてのアップや練習、ドリル、トーイング等の練習は、レーン内の使用を禁止とする。
- 3) レーンの逆走は禁止する。
- 4) レーン内の歩行はできるだけ避ける。
- 5) レーン内で立ち止まらない。
- 6) レーンを横断する際は、左右を確認し駆け足を原則とする。

○投てき練習場(キャッチボール広場)

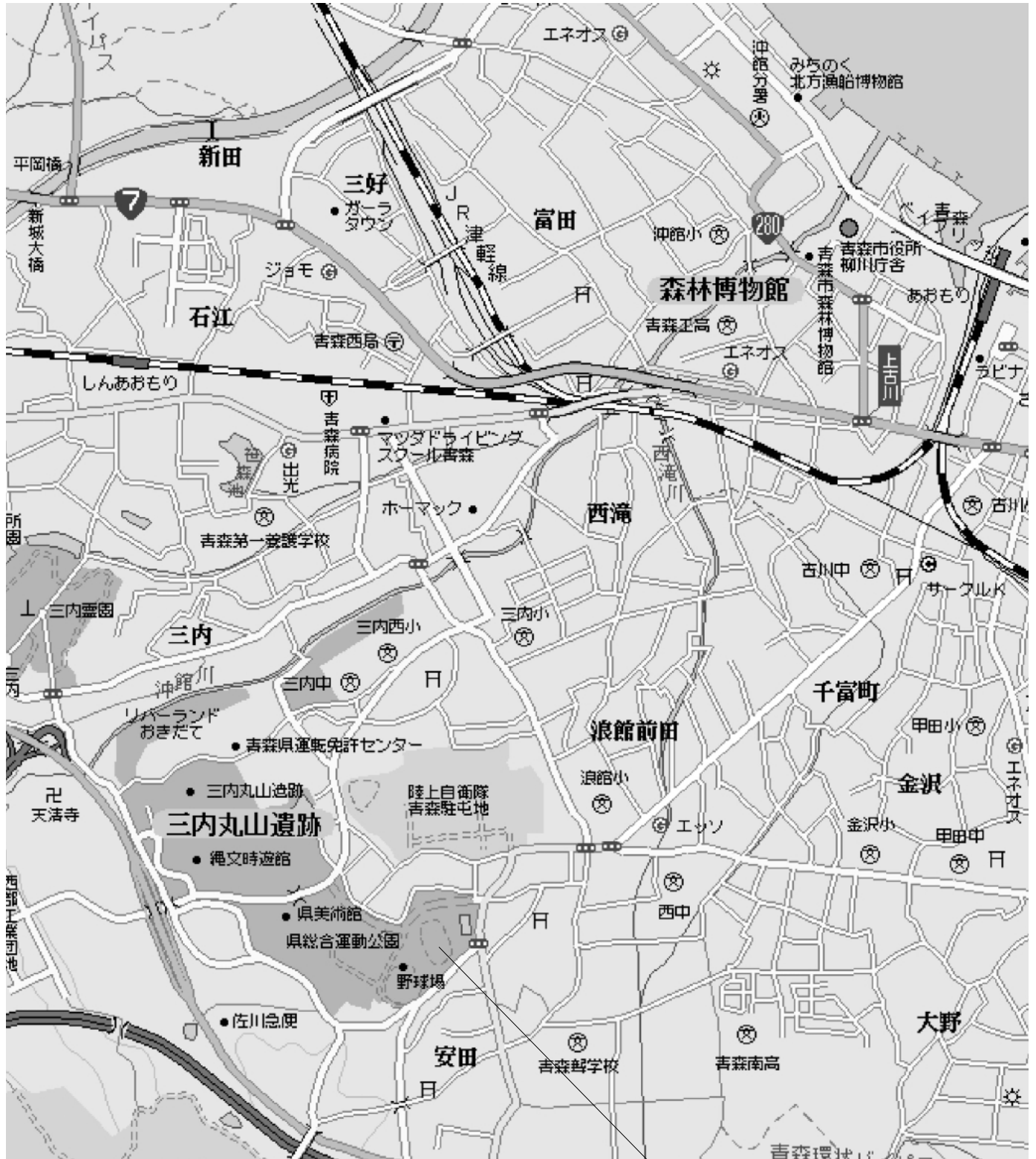
- 1) 投てき練習の際は、周囲の安全を確認してから投げること。
- 2) 投てき物は、各自で準備すること。
- 3) 代理人による順番待ちは禁止とする。
- 4) 投てき練習場におけるやり投の練習は、地面が硬いため、やりを傷つける恐れがあることをご了承ください。やり投競技については、招集開始時間を早め、公式練習の時間を多めに確保する。従って、やり投の投てき練習は、公式練習時間内にも本競技場で行うこととする。

陸上競技場平面図



- | | | |
|---|----------------|----------------|
| ①フィニッシュライン | ⑤走幅跳、三段跳 Aピット | ⑪やり投 |
| ①400m、800m、400m H、4×100m R、4×400m Rスタート | ⑥⑦棒高跳 | ⑫3000m S Cスタート |
| ②1500mスタート | ⑧走高跳 Aピット・Bピット | ⑬表彰台 |
| ③200m、3000m、5000m、5000m Wスタート | ⑨砲丸投 | ⑭記録掲示 |
| ④100m、100m H、110m Hスタート | ⑩ハンマー投・円盤投 | |

青 森 市 (青森県総合運動公園陸上競技場)



《青森県総合運動公園陸上競技場へのアクセス》

青森県総合運動公園

- J R 青森駅からタクシーで約10分
- 青森空港からタクシーで約15分
- 東北自動車道青森インターから約10分