

練習会場使用日程表

【練習会場での注意事項】

- (1) 練習は、指定された練習会場にて、会場担当競技役員の下、指定された時間で行うこと。
- (2) 練習会場には、選手、監督・コーチ以外立ち入らないこと。(IDカード携帯が必要)
- (3) 練習会場、特に投てきの練習では危険が伴うので、十分注意して行うこと。
 - ・レーンを横切る際は、前後左右を確認し、安全に留意する。
 - ・投てき練習の際は、安全を確認し、投げることを周りに伝えてから投げること。
- (4)トラック競技およびフィールド競技において、代理人による順番待ちを禁止する。
- (5)各練習会場において次の行為を禁止する。
 - ①ラダー、ミニハードルなどの道具を使用した練習
 - ②チューブやロープなどで牽引する練習
 - ③逆走
 - ④集団ジョグ(集団ペース走)
 - ⑤急に減速したり、立ち止まったりする行為
 - ⑥不用意にトラックを横切る行為
- (6)競技用靴は、9mm以下のスパイクピンを使用すること。ただし、走高跳・やり投については12mm以下とする。
- (7)練習会場において、全日程を通して競技の終了した種目の用器具は準備しない。
- (8)主競技場の室内周回路・室内練習場での練習は禁止する。
- (9)使用した用具は、元の場所に片付けること。

◎主競技場

	トラック種目	跳躍種目	投てき種目	貸切時間
8月19日(金)	12:00~18:00 (用器具を使用する練習は17:00まで)		女子円盤投 13:00~14:00 男子円盤投 14:00~15:00 女子ハンマー投 15:00~16:00 男子ハンマー投 16:00~17:00 ※砲丸投・やり投は禁止	6:00~21:00
8月20日(土)	終日使用禁止 (棒高跳を除く)			6:00~21:00
8月21日(日)	終日使用禁止			6:00~19:00

◎補助練習場

	トラック種目	跳躍種目	投てき種目	貸切時間
8月19日(金)	12:00~18:00 (用器具を使用する練習は17:00まで)		女子砲丸投 13:00~14:30 男子砲丸投 14:30~16:00 女子やり投 13:00~14:30 男子やり投 14:30~16:00 ※円盤投・ハンマー投は禁止	6:00~19:00
8月20日(土)	7:00~18:00 (用器具を使用する練習は17:00まで)		女子砲丸投 10:00~12:00 男子砲丸投 12:00~14:00 女子やり投 10:00~12:00 男子やり投 12:00~14:00 ※円盤投・ハンマー投はターン練習のみ可	6:00~19:00
8月21日(日)	7:00~16:00 (用器具を使用する練習は14:00まで)		※実際に投てき物を投げる練習は禁止 助走・ターンの練習は可	6:00~18:00

- ①周回1・2レーンはタイムトライアル用。
 - 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コーナーでのバトン練習は禁止とし、競技2日目からは3~4レーンのみ)
 - ③第1曲走路からバックストレートの7~8レーンは400mH。(女子用は7レーン)
(競技2日目は5~6レーンは女子400mH、7~8レーンは男子400mHとする)
(競技3日目は5~6レーンは女子300mH、7~8レーンは男子300mHとする)
 - ④ホームストレート3~6レーンは短距離。
 - ⑤ホームストレート7~8レーンは100mH。
 - ⑥ホームストレート9~10レーンは110mH。
- (注)各レーンとも、第4コーナーからホームストレートへの交点付近は危険なので特に注意すること。
なおレーンについては、競技日程に応じて使用時間帯を限定する場合があるため、補助競技場掲示板の連絡事項を確認した上で練習を行うこと。