

練習会場使用日程及び注意事項

練習会場	種目	8月20日(金)	8月21日(土)	8月22日(日)	備考		
本競技場	トラック	12:30~16:30	7:20~8:20	7:20~8:20	①周回(アップ、ジョグ不可) 1~2レーン 周回練習 ②ホームストレート 4~7レーン 短距離 8~9レーン ハードル ③第1曲走路~バックストレート ~第2曲走路中央 4~7レーン 短距離 8~9レーン ハードル		
		※フィールド内は使用不可					
	跳躍	走高跳	12:30~16:30			天候、状況によって制限あり 砂場の整地は練習者が行う	
		棒高跳	男	12:30~14:30			
			女	14:30~16:30			
		走幅跳	12:30~16:30				
	投擲	三段跳	12:30~16:30			監督、顧問、コーチいずれかの 立会いのもと、安全面に十分配慮 する	
		砲丸投	12:30~16:30				
		円盤投					
		ハンマー投					
	やり投	12:30~16:30					
補助 競技場	トラック	12:30~16:30	7:30~17:00	7:30~16:00	①周回(アップ、ジョグ不可) 1~2レーン 周回練習 ②ホームストレート 4~8レーン 短距離 9~10レーン ハードル ③第1曲走路~バックストレート ~第2曲走路中央 3~5レーン 短距離 6~7レーン ハードル		
		※フィールド内は使用不可					
	跳躍	走高跳	12:30~16:30	9:00~17:00	9:00~12:00	天候、状況によって制限あり 砂場の整地は練習者が行う	
		棒高跳					
		走幅跳	12:30~16:30	7:30~17:00	7:30~12:40		
		三段跳					
	投擲	砲丸投	12:30~16:30	7:30~15:00	7:30~10:40	監督、顧問、コーチいずれかの 立会いのもと、安全面に十分配慮 する	
		円盤投	12:30~14:30	7:30~10:30	8:00~10:50		
		ハンマー投	男	14:30~16:30			
			女		13:00~15:00		
	やり投		11:00~16:30	11:00~14:00	ハンマー投はターン練習のみとする		
雨天走路	ランニング	12:30~16:30	7:30~17:00	7:30~16:00	走方向は一方通行とし、係員の 指示に従う		

練習会場での注意事項

- ① 練習は、各チームの監督の管理のもと、指定された場所・時間帯で、事故防止に十分配慮して行う。
- ② 練習時間・練習場所は、天候、状況によって変更や制限をすることがある。
- ③ 練習会場には、選手、監督、コーチ以外は立ち入らない。
- ④ 練習会場では、係員の指示に従って練習する。
- ⑤ 投てき用具の貸し出しは行わない。
- ⑥ スパイクピンは、走路では全天候用9mm以下、走高跳、やり投では12mm以下のものを使用する。