

## 練習場注意事項

### 1. 補助競技場

- 1) 補助競技場の使用可能時間は次のとおりとする。

日付	使用可能時間		
19日(木) 【大会1日目】	7:30	～	18:15
20日(金) 【大会2日目】	7:30	～	18:15
21日(土) 【大会3日目】	7:30	～	17:30
22日(日) 【大会4日目】	7:00	～	16:30

- 2) 補助競技場では、トラック種目及び跳躍種目(棒高跳を除く)の練習を行うことができる。
- 3) トラックレーンの使い方は、以下の通りとする。

#### <ホームストレート>

レーン	種目
1・2	中長距離及びジョギング
3・4	短距離(リレー含む)及びスタート練習
5・6	女子100mH
7・8	男子110mH

#### <コーナー及びバックストレート>

レーン	種目
1・2	中長距離及びジョギング
3・4	短距離(リレー含む)及びスタート練習
5・6	女子400mH
7・8	男子400mH

- 4) 棒高跳及び、投てき種目の練習は禁止とする。メディシンボール等の使用も認めない。
- 5) 事故防止のため、逆走は禁止する。
- 6) リレーのバトン練習や器具を用いた練習は、周囲に声をかけ事故のないように十分注意すること。
- 7) ハードルは決められたレーン以外には設置しないこと。
- 8) 大会3日目(21日(土))の15:00～16:30に芝刈りが行われるので、注意すること。

## 2. 投てき練習場

1) 投てき練習場の使用可能時間は、以下のとおりとする。

日程	種 目	時間	
19日(木) 大会1日目	砲丸投	7:30	～ 9:30
	円盤投	9:30	～ 11:00
	砲丸投	11:00	～ 12:00
	やり投	12:00	～ 14:00
20日(金) 大会2日目	円盤投	7:30	～ 9:00
	砲丸投	9:00	～ 11:00
	やり投	11:00	～ 15:30
	ハンマー投	15:30	～ 17:00
21日(土) 大会3日目	競技実施のため、使用不可		
22日(日) 大会4日目	円盤投	7:30	～ 9:00
	やり投	9:00	～ 11:00
	砲丸投	11:00	～ 13:30

2) 投てき用具は、各自が用意すること。

## 3. その他

- 1) 練習場では事故防止に努め、競技役員の指示には必ず従うこと。
- 2) 各練習場において、雷管・牽引ロープ・ミニハードル・マーカークーン等の用具を使う練習は禁止する。
- 3) 本競技場での練習は、全日禁止する。
- 4) その他不明な点は、競技役員に確認すること。

関東学生陸上競技連盟