

## 練習場注意事項 (国立競技場)

### 1. 国立競技場

- 1) 国立競技場の使用可能時間は以下のとおりとする。なお、練習場所はトラックのみ使用可とする。

日程	使用可能時間		
17日(金) 【大会1日目】	7:30	～	8:45
18日(土) 【大会2日目】	7:00	～	8:15
19日(土) 【大会3日目】	7:30	～	8:45

- ・棒高跳の練習は競技実施場所で競技開始時刻2時間前から行うことができる。ただし、男子棒高跳2組に限り、男子棒高跳1組競技終了後から競技実施場所で練習を行うことができる。

### 2) 国立競技場（トラック）トラック使用方法

国立競技場（トラック）

レーン	日程	1	2	3	4	5	6	7	8	9	
種目	3月17日(金) 【大会1日目】	中長距離・ジョギング			短距離 (200mスタート地点SBあり)		男子400mH (400mHスタート地点SBあり)	女子400mH (400mHスタート地点SBあり)	リレー		
	3月18日(土) 【大会2日目】	中長距離・ジョギング			短距離 (100mスタート地点SBあり)			男子110mH (110mHスタート地点SBあり)		女子100mH (100mHスタート地点SBあり)	
	3月19日(日) 【大会3日目】	中長距離・ジョギング			短距離 (400mスタート地点SBあり)				リレー		

- ・事故防止のため、逆走は禁止する。
- ・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。
- ・ハードルは主催者側で準備する。指定レーン以外にハードルを置くことは禁止する。

## 2. 室内練習場

1) 室内練習場の使用可能時間は以下の通りとする。

日程	使用可能時間		
17日(金)	7:30	～	17:00
【大会1日目】			
18日(土)	7:00	～	19:30
【大会2日目】			
19日(日)	7:30	～	17:00
【大会3日目】			

2) ハードルの設置時間、場所は以下の通りとする。

日程	種目	使用可能時間			設置レーン
17日(金)	男子400mH	10:45	～	12:10	3・4レーン
【大会1日目】	女子400mH	11:40	～	12:40	1・2レーン
18日(土)	男子110mH	7:00	～	9:30	3・4レーン
【大会2日目】	女子100mH	7:00	～	9:50	1・2レーン

- ・400mHについては、バックストレート同様のインターバル 35mで3台のハードルを設置する。
- ・ハードルは主催者側で設置する。上記の時間以外の使用は認めない。
- ・レーン以外でのハードルの使用は禁止とする。

3) スターティングブロックの設置時間、場所は以下の通りとする。

日程	使用可能時間			設置レーン
17日(金) 【大会1日目】	7:30	～	17:00	5・6レーン
	7:30	～	12:10	3・4レーン
	11:40	～	12:40	1・2レーン
18日(土) 【大会2日目】	7:00	～	19:30	5・6レーン
	7:00	～	9:30	3・4レーン
	7:00	～	9:50	1・2レーン
19日(日) 【大会3日目】	7:30	～	17:00	5・6レーン
	7:30	～	12:10	3・4レーン

- ・スターティングブロックは主催者側で設置する。
- ・スターティングブロックの設置されているレーン以外でのスターティングブロックの使用は禁止とする。

#### 4) 出入りについて

- ・ 入口はE1のみとし、駐車場に面した出入口は解放しない。
- ・ 出口はGATE 5（招集所）につながる扉のみとする。
- ・ 出入りする際には必ず配布したIDを着用すること。
- ・ 室内練習場内への立ち入りは選手、チームスタッフに限る。

#### 5) その他

- ・ 室内練習場内の場所の独占は禁止する。
- ・ 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に注意すること。

### 2. リングロード

1) リングロードの使用時間は、以下の通りとする。

日程	使用可能時間		
17日（金）	8:00	～	17:00
【大会1日目】			
18日（土）	7:30	～	19:30
【大会2日目】			
19日（日）	8:00	～	17:00
【大会3日目】			

#### 2) その他

- ・ リングロードは反時計回りの一方通行で利用すること。
- ・ リングロードでは、外側を一方通行で走行すること。集団走での練習は厳禁とする。  
また、安全には十分注意すること。
- ・ リングロード上の場所の独占は禁止とする。