

練習会場使用日程表 (跳躍・投てき種目についての()内種目の時間帯は、その種目専用とする)

○は練習可能 ×は練習不可 △は一部競技不可

会場	沖縄県総合運動公園					沖縄市陸上競技場	
	メイン競技場	補助競技場	補助競技場(芝生)	サッカー場	北中城高等学校		
トラック	○	○	×	×	×	×	○
跳躍	○	△	×	×	×	×	○
投てき	×	×	やり投 やり投練習時間帯 他選手は立入禁止	×	円盤投・ハンマー	砲丸投	△ (円盤投・ハンマー投を除く)
8月2日(金)	トラック 9:00~17:00 跳躍 9:00~17:00 (男子棒高跳Aビット 9:00~17:00) (女子棒高跳Bビット 9:00~17:00) 閉鎖 17:15	トラック 9:00~17:00 (男子三段跳9:00~ 13:00) (女子三段跳13:00~ 17:00) 閉鎖 17:15	(やり投10:00~15:00)	人工芝9:00~17:00 ウォーミングアップ Jog・動き作り・流し スパイク不可	円盤投・ハンマー 閉鎖 17:15	砲丸投 9:00~17:00	トラック 9:00~17:00 跳躍・投てき 9:00~17:00 閉鎖 17:00
8月3日(土)	トラック 9:00~17:00 跳躍 9:00~17:00 (男子棒高跳Aビット 9:00~17:00) (女子棒高跳Bビット 9:00~17:00) 閉鎖 17:15	トラック 9:00~17:00 (男子三段跳9:00~ 13:00) (女子三段跳13:00~ 17:00) 閉鎖 17:15	(やり投10:00~15:00)	人工芝9:00~17:00 ウォーミングアップ Jog・動き作り・流し スパイク不可	ハンマー投専用 9:00~13:00 閉鎖 17:15		トラック 9:00~17:00 跳躍・投てき 9:00~17:00 閉鎖 17:00
8月4日(日) 1日目	(女子走高跳 7:30~8:30) 跳躍 7:30~9:00 (男子棒高跳 7:30~9:30) 開始式時間を除く (開始式のため トラック使用禁止)	トラック 7:30~19:15 高跳・幅跳7:30~ 17:00 (女子走高跳予選 7:30~8:30) (八種走幅跳 9:00~10:10) (女子走高跳決勝 11:50~12:50)	(jog・体操7:30~9:30) (やり投10:00~15:00) (jog・体操 15:30~17:00)	人工芝7:30~17:00 ウォーミングアップ Jog・動き作り・流し スパイク不可	(男子ハンマー投予選 7:00~10:30) (女子ハンマー投決勝 10:30~13:20) (男子ハンマー投決勝 15:40~17:10) 閉鎖 18:30	砲丸投 7:00~17:00	トラック 9:00~17:00 跳躍・投てき 9:00~17:00 閉鎖 17:00
8月5日(月) 2日目	トラック 7:30~9:00 跳躍 7:30~9:00 (男子走幅跳 7:30~9:00) (男子棒高跳 7:30~10:00)	トラック 7:30~19:00 跳躍 7:30~19:00 (棒高跳を除く) (男子走幅跳予選 7:30~8:40) (男子走幅跳決勝 12:00~13:05) 八種走高跳優先 14:30~15:20	(男子やり投 7:30~11:00) (やり投12:30~14:00) (男子やり投 14:30~16:00)	人工芝7:30~17:00 ウォーミングアップ Jog・動き作り・流し スパイク不可	(女子円盤投 7:30~12:00) 閉鎖 17:15	砲丸投 7:00~17:00 (女子砲丸予選 7:00~9:00) (女子砲丸決勝 13:00~14:40)	トラック 9:00~16:00 跳躍・投てき 9:00~16:00 閉鎖 16:00
8月6日(火) 3日目	トラック 7:30~9:00 跳躍 7:30~9:00 (女子走幅跳 7:30~9:00) (女子棒高跳 7:30~8:30)	トラック 7:30~18:30 跳躍 7:30~17:00 (女子走幅跳予選 9:30~10:40) (七種走高跳 7:30~10:30) (女子棒高跳 11:00~17:00) (女子走幅跳決勝 14:40~15:40)	(jog・体操7:30~9:30) (やり投10:00~15:00) (jog・体操 15:30~17:00)	人工芝9:00~17:00 ウォーミングアップ Jog・動き作り・流し スパイク不可	(女子円盤投予選 7:00~11:10) (女子円盤投決勝 13:00~15:00) 閉鎖 17:15	砲丸投 7:00~17:00 (男子砲丸予選 7:00~8:20) (男子砲丸決勝 12:00~14:30)	トラック 9:00~16:00 跳躍・投てき 9:00~16:00 閉鎖 16:00
8月7日(水) 4日目	トラック 7:30~9:00 (男子三段跳 7:30~8:30) (女子七種走幅跳 7:30~8:30) (女子棒高跳 7:30~10:00)	トラック 7:30~18:30 跳躍 7:30~17:00 (棒高跳を除く) (男子三段跳優先 7:30~11:00)	(女子やり投 7:30~11:30) (やり投12:30~13:30) (女子やり投 14:30~16:30)	人工芝7:30~17:00 ウォーミングアップ Jog・動き作り・流し スパイク不可	男子円盤投 7:30~17:00 閉鎖 17:15		トラック 9:00~16:00 跳躍・投てき 9:00~16:00 閉鎖 16:00
8月8日(木) 5日目	トラック 7:30~9:00 (男子走高跳 7:30~8:30) (女子三段跳 7:30~9:00)	トラック 7:30~18:30 跳躍 7:30~17:00 (棒高跳を除く) (男子走高跳予選 7:30~8:30) (女子三段跳予選 7:30~10:40)	(jog・体操7:30~ 17:00)	人工芝7:30~17:00 ウォーミングアップ Jog・動き作り・流し スパイク不可	男子円盤投 7:00~14:30 閉鎖 14:30		
備考	400m全天候走路 8レーン	400m全天候走路 ホームストレート8レ ン 周回6レーン	1ビット		1ビット	3ビット	400m全天候走路 8レーン

練習会場での注意事項

※表記載の練習時間は、クーリングダウンを含んだ時間を示している。

1. 練習は各校監督の指導のもと、上記の練習会場で指定された時間帯で行い、事故防止に十分配慮すること。
 2. 練習会場には、選手・監督・コーチ以外は立ち入らないこと。(入場の際はIDを提示すること)
 3. 投てき練習場では危険が伴うので、係員の指示に従い注意して行うこと。なお、使用する投てき用具は、各自持参すること。
 4. トラック競技およびフィールド競技の練習において、代理人による順番待ちを禁止する。
 5. 各練習会場のトラックにおいて、牽引ロープ・ミニハードル・マーカークーン等を利用した練習は禁止する。
また、傘をさしての補助も禁止する。(他の選手の練習の妨げになる)
 6. 各練習会場のレーン使用については次のとおりとする。
 - (1)メイン競技場 ・周回1～2レーン…タイムトライアル用 周回3～6レーン…流し用(バトンパス含む)
周回7～8レーン…ハードル用
・ホームストレートは、5～6レーン…短距離用 7～8レーン…ハードル用
 - (2)サブグラウンド ・周回1～2レーン…タイムトライアル用 周回3～4レーン…流し用(バトンパス含む)
周回5～6レーン…ハードル用
・ホームストレートは、5～6レーン…短距離用 7～8レーン…ハードル用

*フィールド内はやり投げ専用とする。

*ハードル競技・リレー競技、それぞれの競技日については、その種目を優先とし、規制を行う。

 - (3)沖縄市営陸上競技場 ・周回1～2レーン…タイムトライアル用
周回3～6レーン…流し用(バトンパス含む) 周回7～8レーン…ハードル用
・ホームストレートは、5～6レーン…短距離用ホームストレート7～8レーン…ハードル用
- *フィールド内でのウォーミングアップは禁止する。
7. 全天候舗装路の走路は、9mm以下のスパイクを使用すること。ただし、走高跳・やり投については12mm以下とする。
8. 各練習会場において、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。