

近畿インターハイ(練習会場)の使用について

メイン競技場の練習時間

前日 6月16日(水) 13:00～17:00
当日 6月17日(木)～20日(日) 7:30～ 8:50

◎ 前日(16日)の練習について

- 1・2レーンは、400m以上のスピード練習専用
- 4～7レーンは、短距離練習(スタート練、リレーバトン練含む)
- 8・9レーンは、110mH・100mH・400mHの練習専用
(Upなどのジョッグは、補助競技場で行って下さい)
- 跳躍練習は、棒高跳と走幅跳(三段跳と走高跳は、補助競技場)

◎ 大会当日(17～20日)の練習について

- 1・2レーンは、400m以上のスピード練習専用
- 3・4レーンは、jog専用
- 5～7レーンは、短距離練習(スタート練、リレーバトン練含む)
- 8・9レーンは、110mH・100mH・400mHの練習専用
- 跳躍練習は、当日試合のある跳躍種目

※ メイン競技場での注意事項

- ・ゴムチューブ・ミニハードル等の使用は禁止する
- ・ハードル・スターティングブロックは備え付けの物のみを使用する(持ち込み禁止)
- ・投擲物を使用しての投擲練習(メディシンボール等も含む)は、一切禁止する
(メディシンボールを利用した練習は、補助競技場横の練習場で行って下さい)
- ・芝生内への立ち入りは禁止する

補助競技場の練習時間

前日	6月16日(水)	13:00-17:00
当日	6月17日(木)	7:00-18:00
	6月18日(金)	7:00-18:10
	6月19日(土)	7:00-18:45
	6月20日(日)	7:00-16:35

◎ 前日(16日)の練習について

- ・1・2レーンは400m以上のスピード練習専用
- ・3～6レーンはJog専用
- ・6～7(道路側)レーンは100mH、110mH練習専用
- ・8レーンはハードル練習スタート地点へ戻り専用
- ・芝生内での、基本練習・動きづくり・jogを可とする(ただし、芝生内でスパイクを履いての歩行・シート敷き・ラダー・ミニハードル等の使用は禁止する)
- ・跳躍練習は、走高跳と三段跳(男子11m板 女子9m板)

◎ 大会当日(17～20日)の練習について

- ・1レーンは400m以上のスピード練習専用
- ・2～3レーンはJog専用
- ・4～5レーンは短距離、リレー練習専用(但し、400mH設置時間はその限りではない)
- ・6～7レーンは100m、100mH、110mH練習専用
- ・8レーンはスタート地点へ戻り専用
- ・芝生内での、基本練習・動きづくり・jogを可とする(ただし、芝生内でスパイクを履いての歩行・シート敷き・ラダー・ミニハードル等の使用は禁止する)

ハードル設置時間 () は、使用レーン

6月16日(水)	100mH(6)	11:00～15:00
	110mH(7)	11:00～15:00
6月17日(木)	110mH(7)	11:00～13:00
	400mH(女5・男6)	13:00～14:00
6月18日(金)	110mH(7)	8:10～ 9:20
	400mH(女5・男6)	9:35～14:05
	100mH(7)	12:30～13:30
6月19日(土)	100mH(6)	8:10～14:00
	110mH(7)	10:00～14:00
	400mH(女5・男6)	12:05～13:25
6月20日(日)	100mH(6) 110mH(7)	8:30～14:15

走幅跳・三段跳の練習 (8:00～17:00)

幅・三段跳専用ピットを使用（三段跳は、男子 11m 板 女子 9m 板）

走高跳練習 (8:00～17:00)

走高跳専用ピットを使用

投てき練習

投てき専用サークルを使用（投てき物の使用は一切認めない）

スタート練習

200m: 第 3 コーナー 100m: 第 4 コーナー(道路側))

※ 補助競技場での注意事項

- ・芝生内でのスパイクの使用は禁止する
- ・芝生内での飲食は禁止する
- ・芝生保護の為、芝生の上にシートや荷物を置かない（ラダー・ミニハードル等含む）
- ・コーンバー・鉄柵・トラロープなどで区分（禁止）されているところからの侵入は、危険防止のため絶対にしない（入口を厳守）
- ・ゴムチューブ・メディシンボール等、危険な物の使用は一切認めない
- ・メディシンボールを使用したい場合は、決められた場所（補助競技場横）で行うこと
- ・危険防止のため、投てき練習は一切禁止する。また、投てき物を使用したターン・助走練習も禁止する
- ・ラダー・ミニハードルの使用は、スタンド前棒高跳助走路で行うこと