

補助競技場の使用について

使用時間	8月19日(火)	8:00～18:30
	8月20日(水)	8:00～18:30
	8月21日(木)	8:00～16:30

※使用レーン詳細については補助競技場レイアウトを参照

ハードル設置時間 () は使用レーン

8月20日(水)	400mH(男5・6) 女(7・8)
	設置時間: 8:30～14:35
8月21日(木)	110mJH(4・5) 100mYH(6・7)
	設置時間: 8:30～15:10

スタート練習

200m・400m・400mH・各リレー: 第1コーナー
100m・110mJH・100mYH: 第4コーナー

走幅跳・三段跳練習

走幅跳・三段跳については2ピット使用可。但し、ピット内での動きづくり・ドリルは不可

走高跳練習

走高跳専用1ピットを使用

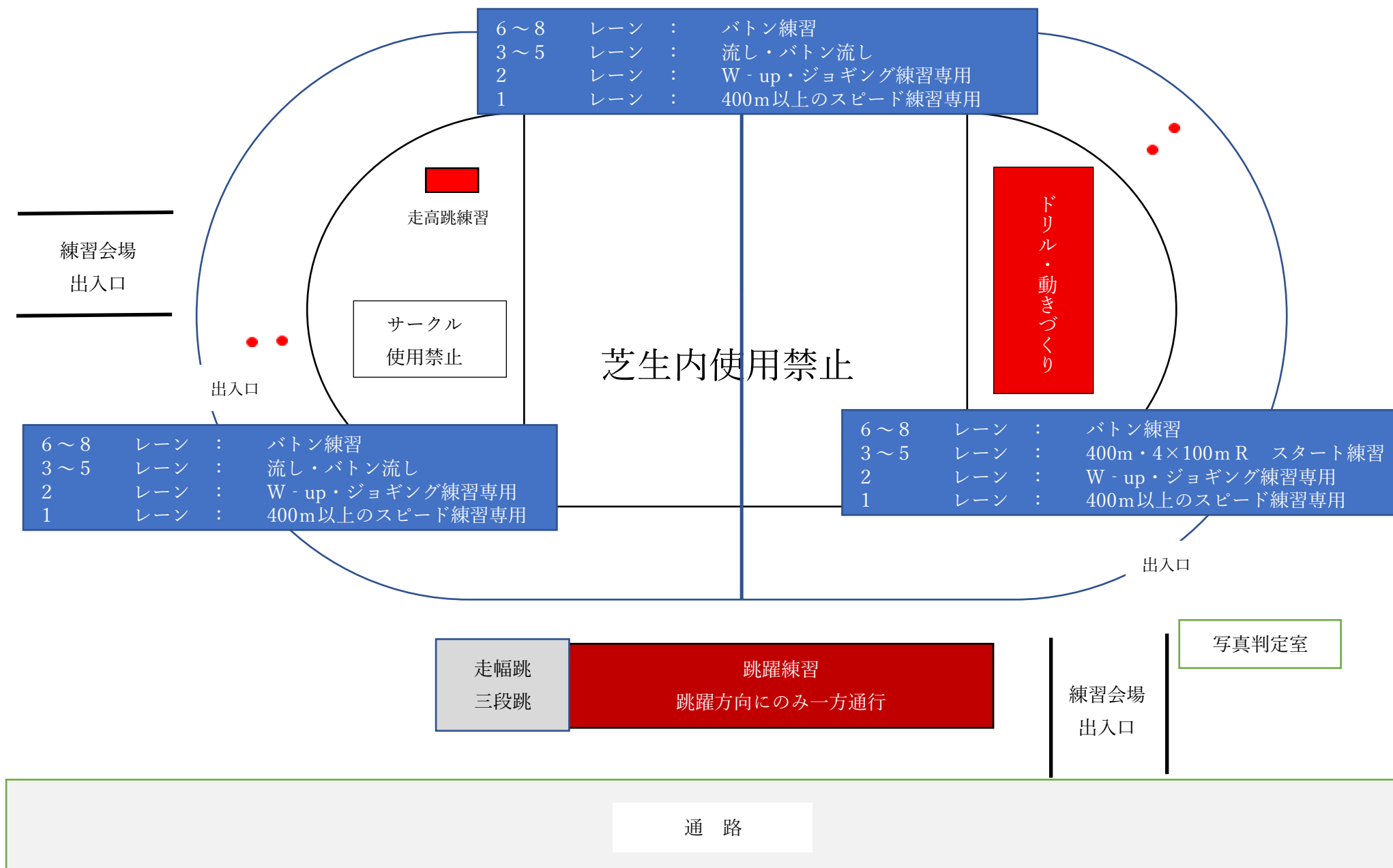
投てき練習

投てきサークルは使用不可
やり投げ助走練習は助走路を使用

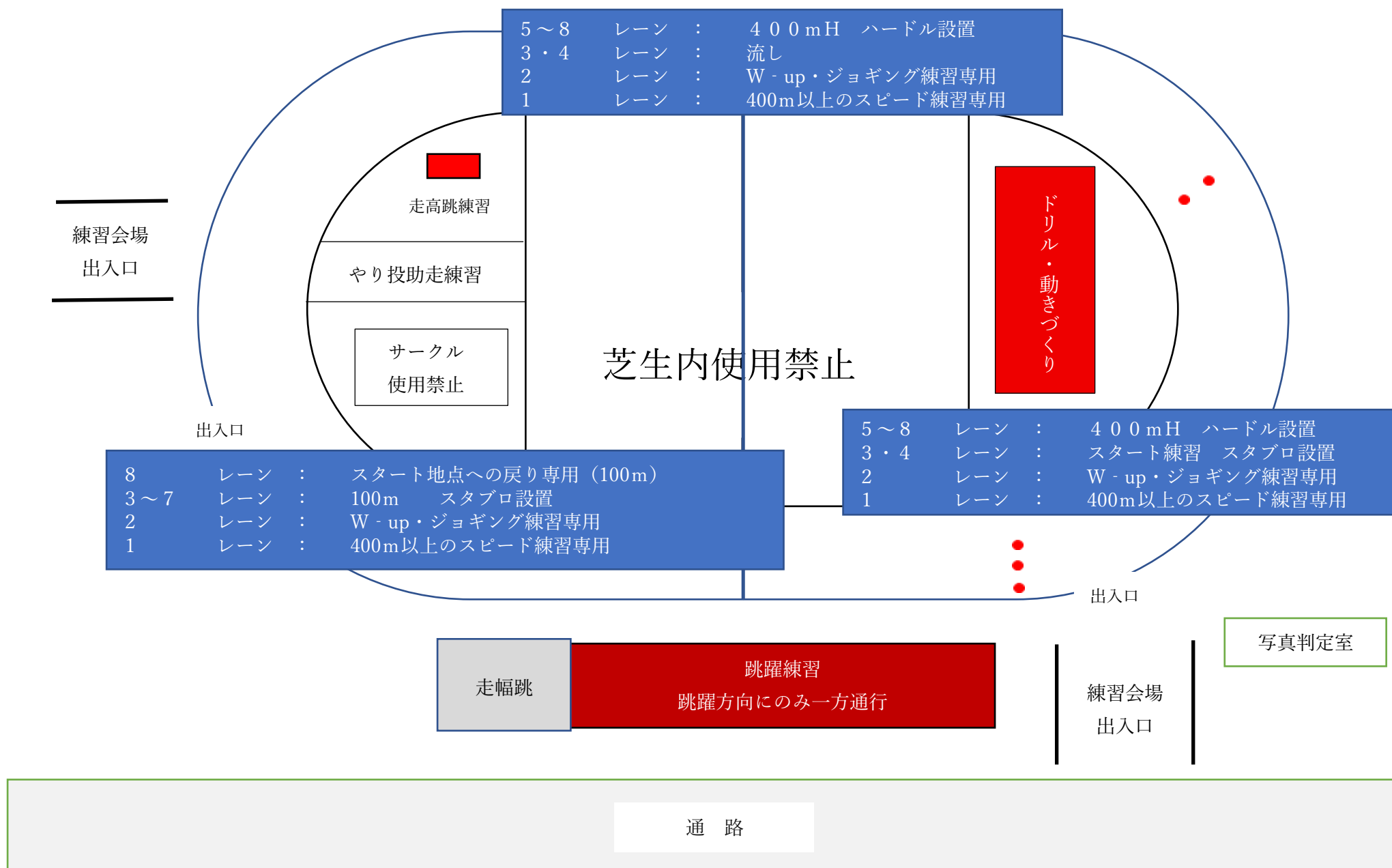
※注意事項

- ・補助競技場への出入りはゴール地点付近、第3コーナー水ごう付近のゲートからのみとする
- ・レーンへの出入りはロープが張っていない場所からのみとする
- ・シート及びテントの設置は禁止する
- ・日傘の移動しながらの使用は安全上の観点から禁止する
- ・トラック内側の芝生内への立ち入りは禁止する
- ・ゴムチューブ・ミニハードル・ラダー・メディシンボール等の使用は一切認めない
(メディシンボール練習場は設けない)
- ・危険防止のため、投てき練習は一切禁止する。投てき物を使用した助走練習も禁止とする

補助競技場練習レイアウト（1日目）



補助競技場練習レイアウト（2日目）



補助競技場練習レイアウト（3日目）

