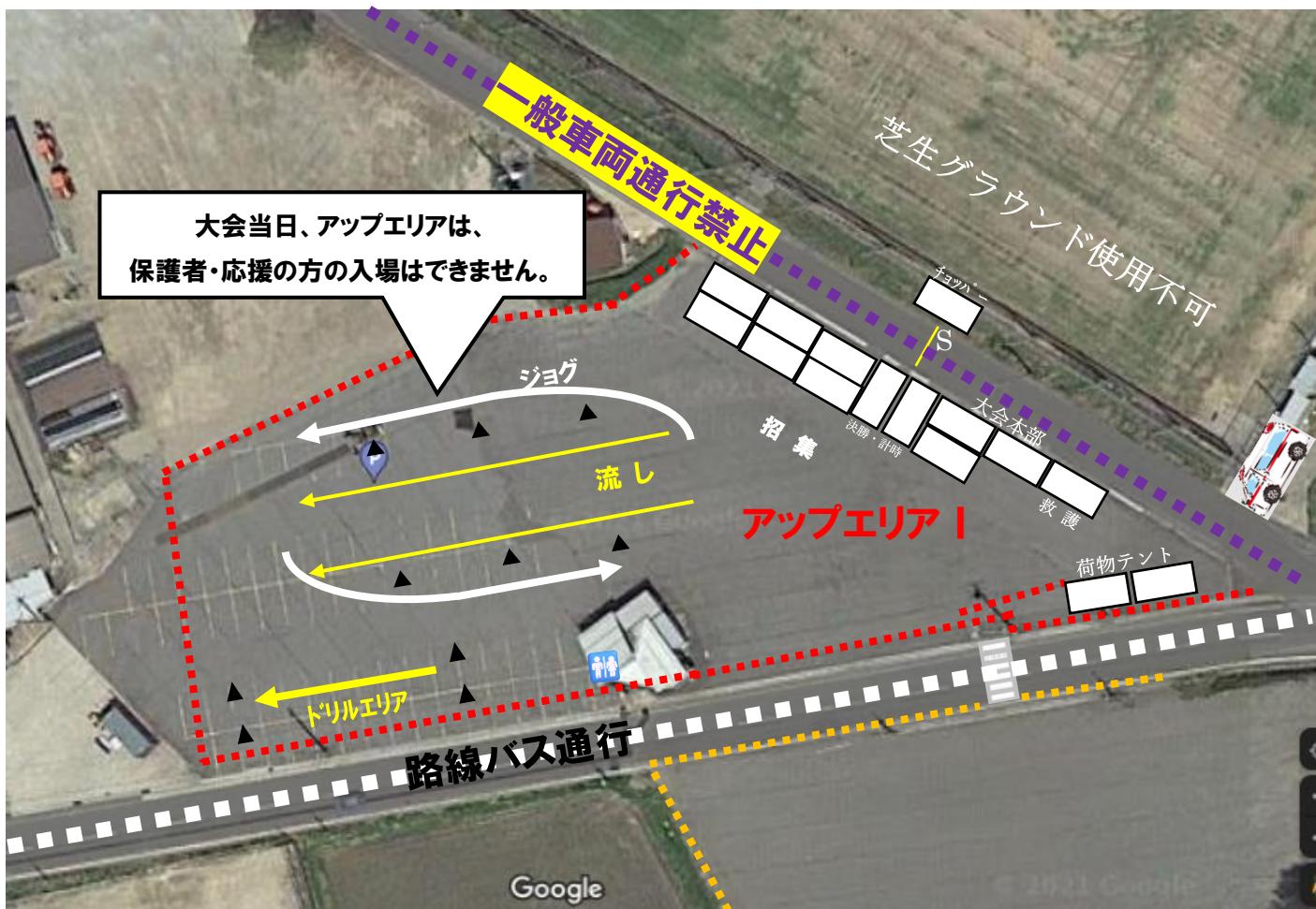


アップエリアについて



※アップ時や招集時の荷物管理は、自己責任でしっかりとおこなうこと。

＜アップエリア Iについて＞※保護者・応援の方の入場は禁止

- ① ジョグは、コーン左周り（反時計回り）で行うこと。
- ② 流しは、コーン間一方向のみで行うこと。
- ③ ドリルは、区画内一方向で行うこと。

※接触等がないように周囲に十分注意すること。

＜アップエリア IIについて＞

- ① 体操やストレッチなどの場所として使用すること。

＜アップ可能エリアについて＞

- ① ジョグなどに使用してもよいが、路線バスや地域住民の車両走行があるので注意すること。

＜コース道路の試走について＞

11月15日（土）～10：00まで