

## 練習会場及び練習時間

会場名	練習種別			期間及び時間			備考
	トラック	跳躍	投擲	9/30(金)	10/1(土)	10/2(日)	
メイン競技場	○	△	△	・13:00～18:00 トラック 走高跳・棒高跳 砲丸投 ※サークル内のドリル練習のみ可 やり投 ※助走練習のみ可	・7:00～9:00 トラック 棒高跳 (女子7:10～8:30) (男子8:30～女子入場まで 女子競技終了後～) 走幅跳・女子走高跳 砲丸投 ※サークル内のドリル練習のみ可 やり投 ※助走練習のみ可	・7:00～9:00 トラック 男子走高跳・三段跳  砲丸投 ※サークル内のドリル練習のみ可 やり投 ※助走練習のみ	◆1・2レーン 中・長距離・競歩 ◆3～7レーン⇒短距離・リレー ※但し、ホームストレート5～7は100m ◆8・9レーン ハードル(5台まで) ※ホームストレート⇒100mH・110mH ※第1曲走路～バック ⇒400mH ※8レーン女子 9レーン男子
				・13:00～15:30 走幅跳 ハンマー投 ※サークル内ターンのみ可 (器具を使つてのターンは不可)	円盤投 ※サークル内ターンのみ可 ハンマー投 ※サークル内ターンのみ可 (器具を使つてのターンは不可)		
				・15:30～18:00 三段跳 円盤投 ※サークル内ターンのみ可	・競技終了～18:00 トラック・三段跳・男子走高跳 やり投 ※助走練習のみ可 ・競技終了～17:00 女子砲丸投 ※サークル内のドリル練習のみ可 ・17:00～18:00 男子砲丸投 ※サークル内のドリル練習のみ可		
雨天練習場	○	×	×	・13:00～18:00	・7:00～18:00	・7:00～13:20	用器具・砂場使用不可 1500mスタート側から200mスタート側への一方通行
補助競技場	○	△	△	・13:00～18:00 トラック 走高跳・走幅跳・三段跳 砲丸投	・7:00～18:00 トラック・走高跳・砲丸投 ・7:00～13:00 走幅跳 ・13:00～18:00 三段跳 ・7:00～11:30 男子やり投 ・11:30～14:00 女子やり投 ・14:00～18:00 男女やり投	・7:00～13:30 トラック 男子走高跳・三段跳 砲丸投 ・7:00～9:20 男子やり投 ・9:20～11:20 女子やり投	◆1・2レーン⇒中・長距離・競歩 ◆3～6レーン⇒200m400m・リレー ※但し、ホームストレート5～6は100m ◆ホームストレート⇒100mH・110mH ◆第1曲走路～バック ⇒400mH ※7レーン女子 8レーン男子 * 棒高跳ピットはありません
				・13:00～18:00 男女やり投			
ちよるる広場	×	×	△	・13:00～15:30 円盤投	・7:00～9:20 男子円盤投		
				・15:30～18:00 ハンマー投	・9:20～10:50 女子円盤投 ・10:50～12:50 男子ハンマー投 ・12:50～14:20 女子ハンマー投		

○練習可能    ×練習不可能    △種目限定

**\* 注意事項**

- 練習は各校監督のもと、指定された場所で指定された時間に行い、事故防止に十分配慮すること。
- 練習場には、選手・監督・コーチ以外は立ち入らないこと。
- 練習に使用する器具は、各自持参すること。ただしチューブ・マーカー(レーン内)・ミニハードル等レーンを占有するような器具は禁止する。
- 全天候舗装の走路は、9mm以下のスパイクピンを使用すること。ただし、走高跳・やり投については、12mm以下のスパイクピンが使用できる。
- 投てき練習では各校監督が付き添うとともに、危険を伴うので係員の指示に従い、十分注意して練習すること。また公園内での練習も禁止する。
- 走路の使用は原則として上記のとおりとする。なお、逆走は禁止する。