

練習会場及び練習時間

会場名	練習種別			5/30(土)		5/31(日)		6/1(月)		備考
	トラック	跳躍	投てき							
本競技場	○	△	△	トラック全般 [8:00～9:40] 女子走高跳、男子走幅跳、男子棒高跳 [準備後～9:40] * 女子やり投 助走のみ可 * 男子砲丸投 サークル内のドリル練習のみ可 * 男女ハンマー、サークル内ターンのみ可 【器具を使つてのターンは不可】 [競技終了～18:30] トラック 走高跳、女子走幅跳、三段跳 * 男女やり投 助走のみ可 * 女子砲丸投 サークル内のドリル練習のみ可 * 男女円盤投 サークル内ターンのみ可	トラック全般 [7:30～8:30] ※リレーの練習はバックストレートのみ 混成走高跳、女子棒高跳、女子走幅跳、男子三段跳 [準備後～8:30] * 男子やり投 助走のみ可 * 女子砲丸投 サークル内のドリル練習のみ可 * 女子円盤投 サークル内ターンのみ可 [競技終了～18:30] トラック 男子走高跳、混成女子走幅跳、女子三段跳 * 混成女子やり投 助走のみ可 * 女子砲丸投 サークル内のドリル練習のみ可 * 男子円盤投 サークル内ターンのみ可	トラック全般 [7:30～8:30] 男子走高跳、混成女子走幅跳、女子三段跳 [準備後～8:30] * 女子混成やり投 助走のみ可 * 女子砲丸投 サークル内のドリル練習のみ可 * 男子円盤投 サークル内ターンのみ可	◆1・2レーン 中・長距離・競歩 ◆3～7レーン 短距離・リレー ◆8・9レーン ハードル 100mH・110mH 5台まで (ホームストレート 8女・9男レーン) ※3日目朝は8・9男・7・6女レーン) 400mH 5台まで(8女・9男) (第1曲走路～バックストレート～第2曲走路) ※100mH・110mHは1日目競技開始前の練習では設置しない ※400mHは1日目競技終了後と2日目競技開始前の練習のみ設置			
補助競技場	○	△	△	トラック全般 [8:00～18:00] 走高跳、走幅跳、三段跳 [準備後～18:00] 投てき [8:00～14:30] [14:30～17:30] 女子やり投 男子やり投 [8:00～14:30] [14:30～17:30] 男子砲丸投 女子砲丸投	トラック全般 [7:30～18:00] 走高跳、走幅跳、三段跳 [準備後～18:00] 投てき [7:30～8:30] [8:30～17:30] 男子やり投 男女混成やり投 [8:00～17:30] 女子砲丸投	トラック全般 [7:30～14:00] 走高跳、走幅跳、三段跳 [準備後～11:00] 投てき [7:30～10:00] [7:30～9:00] 女子混成やり投 女子砲丸投	◆1・2レーン 中・長距離・競歩 ◆3～6レーン 短距離・リレー ◆7・8レーン 100mH・110mH (ホームストレート 7女・8男レーン) ◆第1曲走路～バックストレート 7・8レーン 400mH (ホームストレート 7女・8男レーン)			
室内練習場	○	×	×	[8:00～18:00]	[7:30～18:00]	[7:30～14:00]	使用上の注意は競技注意事項に記載			
ちよるる広場	×	×	△	[8:00～12:00] 男女ハンマー投 [12:00～17:30] 男女円盤投	[8:00～13:00] [13:00～17:30] 女子円盤投 男子円盤投	[8:00～11:00] 男子円盤投	ハンマー投、円盤投のみ			

○練習可能 △種目限定 ×練習不可

* 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、原則として各自持参すること。
- 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、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。
- 本競技場での投てき練習は禁止とする。(サークル内でのグライドやターン練習、やり投の助走のみ可)
- 走路の使用は原則として上の表のとおりとする。なお、逆走は禁止する。また、牽引ロープ、ミニハードル等の器具を使用しての練習も一切禁止する。