

練習に関する注意事項

1. 練習会場及び使用時間は、下記日程表の通りとする。
2. 練習は、競技役員及び各チームの監督等の指示のもと、事故防止に十分配慮し行うこと
3. 練習に使用する用具は、原則として各自持参とする。
4. スパイクのピンの長さは、9mm以下とする。ただし、走高跳・やり投については、12mm以下とする。
5. 練習におけるレーンの使用については原則次の通りとする。
 - ・メイン競技場（5月14日のみ）
 - ホームストレート1～7レーン = 短距離
 - ホームストレート8・9レーン = ハードル（8レーン：女子、9レーン：男子）
 - ホームストレートを除く8・9レーン = 400mH（8レーン：女子、9レーン：男子）
 - ・補助競技場
 - ホームストレート1～3レーン = 中・長距離、競歩
 - ホームストレート4～6レーン = 短距離
 - ホームストレート7・8レーン = ハードル（7レーン：女子、8レーン：男子）
 - ホームストレートを除く7・8レーン = 400mH（7レーン：女子、8レーン：男子）
6. ジョッグ・ドリル等はトラック外で行うこと

会場名	練習種目	5月14日（金）	5月15日（土）	5月16日（日）
メイン競技場 （全天候舗装） 400m9レーン	トラック	13:30-16:30 （短距離のみ）	×	×
	ハードル	13:30-16:30	×	×
	走幅跳・三段跳		×	×
	棒高跳		×	×
補助競技場 （全天候舗装） 400m8レーン	トラック	13:30-16:30 （中・長距離のみ）	8:00-17:30 （全種目）	8:00-17:30 （全種目）
	ハードル	×	8:00-16:00	8:00-14:00
	走幅跳・三段跳	×	9:00-16:00	8:30-14:00
	走高跳	×	9:00-13:30	8:30-12:30
投てき競技場	円盤投	13:30-15:00	×	×
	やり投	15:00-16:30	×	×
	ハンマー投	×	13:30-16:00	×
	砲丸投	×	13:30-16:00	×
室内練習場	原則として雨天時のみ開放する			