

等々力競技場 練習会場使用日程

	主競技場		補助競技場		運動広場	雨天走路
17日 (木)	トラック 11:00～17:30	走高跳 11:00～17:00 棒高跳 11:00～17:00 走幅跳 11:00～17:00 やり投 11:00～17:00	トラック 11:00～17:30 ※14:30～17:00はホームストレートと第1曲走路のみ利用可	砲丸投 11:00～14:30 円盤投 14:30～17:00	11:00 ～ 17:30	11:00 ～ 17:30
18日 (金)	トラック 7:30～8:30		トラック 7:30～17:30 ※9:20～14:00はホームストレートと第1曲走路のみ利用可	走高跳 8:00～12:00 走幅跳・三段跳 8:00～17:00 砲丸投 7:30～9:00 / 14:00～17:00 円盤投 12:00～14:00	7:30 ～ 17:30	7:30 ～ 17:30
19日 (土)	トラック 7:30～8:30		トラック 7:30～17:30 ※10:30～17:00はホームストレートと第1曲走路のみ利用可	走高跳 12:30～17:00 棒高跳 8:00～12:00 走幅跳・三段跳 8:00～17:00 ハンマー投 女子円盤投終了～17:00	7:30 ～ 17:30	7:30 ～ 17:30
20日 (日)	トラック 7:30～8:30		トラック 7:30～16:30 ※8:30～11:30および13:00～16:00はホームストレートと第1曲走路のみ利用可	走高跳 7:30～12:30 三段跳 7:30～13:00	7:30 ～ 16:30	7:30 ～ 16:30

※ハンマー投・円盤投の競技及び練習中の補助競技場の使用制限

- ・トラックはメインの直走路と第1曲走路のみの使用とし戻る際もトラックの外側を通ること。
(バックの直走路とゲージのある第2曲走路使用禁止)
- ・ハンマー投・円盤投の競技中は第1曲走路内を除くフィールド内への立ち入りは全面禁止とする。
- ・ハンマー投・円盤投の練習時間は第1曲走路のみフィールド内立ち入り可とする。
- ・その他競技役員の指示に従うこと。

練習会場留意事項

- 上記の場所・時間を厳守すること。
- 練習は、下記の場所と時間を厳守し、競技役員・練習会場係の指示に従い行うこと。
- 投てき練習用具は、各自で用意すること。また、事故防止に努めること。
- 牽引走・逆走は厳禁とする。運動広場内指定場所のみメディシンボールの使用を認める。事故防止に努めること。
- 主競技場トラック使用区分 ※スターティングブロック設置場所(2か所) ➡ 100mスタート位置 / 第1曲走路入口
 - ◇1・2レーン 周回練習レーン
 - ◇3～6レーン ホームストレート スタートダッシュ
 - ◇7レーン ホームストレート 100mH バックストレート 400mH(女子)
 - ◇8レーン ホームストレート 110mH バックストレート 400mH(男子)
- 補助競技場使用区分 ※スターティングブロック設置場所(2か所) ➡ 100mスタート位置 / 第1曲走路入口
 - ◇1・2レーン 周回練習レーン
 - ◇3～6レーン ホームストレート スタートダッシュ
 - ◇6レーン ホームストレート 100mH バックストレート ◇5レーン 400mH(女子)
 - ◇7レーン ホームストレート 110mH バックストレート ◇6レーン 400mH(男子)
 - ◇8レーン 戻り専用(トラックの外側が狭いため)
 - ◇ハンマー投及び円盤投げの競技及び練習中は使用制限がある。
- 運動広場について
 - ◇走練習のみ。指定場所内ではメディシンボール等を用いた練習を可能とする。
- バックスタンド下雨天走路について
 - ◇当日競技のある競技者のアップのみ使用可能とする。
 - ◇ダッシュおよびスパイクを使用した練習のみとする。
 - ◇ハードル・スタプロ・マーカ等器具を用いた練習は不可とする。