

等々力競技場 練習会場使用日程(6.14訂正版)

	主競技場		補助競技場		運動広場	雨天走路
17日 (木)	トラック 11:00~16:30 跳躍全種目 11:00~16:30 棒高跳(女) 11:00~13:45 棒高跳(男) 13:45~16:30 やり投(女) 11:00~16:30 砲丸投(男) 11:00~16:30		トラック 10:00~16:30 やり投(女) 10:00~12:30 砲丸投(男) 10:00~16:30 ハンマー投(女) 12:30~14:30 円盤投 14:30~16:30		※メディシンボール使用可 使用場所を守ること 10:00 ~ 16:30	11:00 ~ 16:30
18日 (金)	トラック 7:30~8:30 走高跳(女) 走幅跳(男) 棒高跳(北女) 砲丸投(8種) やり投(女)		トラック 7:30~17:30 棒高跳(①南女②南男) ①10:00~12:30②12:30~15:00 走幅跳(男) 7:30~10:50 砲丸投 7:30~17:30 ハンマー投(女) 7:30~8:20 円盤投(女) 16:00~17:30		7:30 ~ 17:30	7:30 ~ 17:30
19日 (土)	トラック 7:30~8:30 走幅跳(女) 砲丸投(北男) やり投(8種) 棒高跳(女) 走高跳(8種)		トラック 7:30~17:30 走高跳(①男②7種) ①9:00~13:00②13:10~17:00 走幅跳(女) 7:30~17:30 円盤投(女) ①7:30~8:25 砲丸投(①南男②女/7種) ①12:00~13:00②北女円盤投終了後~17:30 ハンマー投(男) 16:30~17:30 やり投(男) 南女円盤投終了後~13:00		7:30 ~ 17:30	7:30 ~ 17:30
20日 (日)	トラック 7:30~8:30 走高跳(7種)AゾーンA 走高跳(男)AゾーンB 砲丸投(7種/女) やり投(男) 走幅跳(女)		トラック 7:30~17:30 走高跳(男) 7:30~13:00 三段跳(①男/②女) ①7:30~8:30②13:10~17:30 砲丸投(女) 7:30~17:30 ハンマー投(男) 7:30~8:50 円盤投(男) 16:10~17:30		7:30 ~ 17:30	7:30 ~ 17:30
21日 (月)	トラック 7:30~8:30 走幅跳(7種) やり投(7種) 砲丸投(南女)		トラック 7:30~16:30 三段跳(①女②男) ①7:30~10:00②10:10~13:00 円盤投(男) 7:30~9:25 砲丸投(女) 7:30~13:15		7:30 ~ 16:30	7:30 ~ 15:30

※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砲丸投ピットの練習と第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。()内に記載の出場選手を優先とする。
- 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・スタブロー・マーカー等器具を用いた練習は不可とする。