

練習会場使用日程表

1. 使用日程

ONDソフトスタジアム山形

	トラック競技	跳躍競技	投てき競技			
			砲丸投	円盤投	ハンマー投	やり投
9月1日(火)	12:30～14:30		12:30～14:30	練習禁止		
9月2日(水)	7:00～9:40		7:00～9:00			
9月3日(木)	7:00～9:20		7:00～9:00			
9月4日(金)	7:00～8:50		7:00～9:00			

○サブグラウンド

	トラック競技	跳躍競技	投てき競技			
			砲丸投	やり投	円盤投	ハンマー投
9月1日(火)	12:30～18:00		練習禁止 ※ただし、投てき競技が行われていない時間帯に限り、以下の練習は可とする ①砲丸投 ②やりを持たない助走練習			
9月2日(水)	7:00～17:00					
9月3日(木)	7:00～18:00					
9月4日(金)	7:00～16:00					

○投てき練習場(野球場:やり投)

	やり投
9月1日(火)	男12:30～14:30 女14:30～16:00
9月2日(水)	7:00～12:00 男12:00～14:00 / 女14:00～16:00
9月3日(木)	7:00～11:00 女11:00～17:00
9月4日(金)	女7:00～12:00

○投てき練習場(運動広場:円盤投・ハンマー投)

	男女の記載がない部分は制限なし	
	円盤投	ハンマー投
9月1日(火)	女14:30～16:30	男12:30～14:30
9月2日(水)	女9:00～11:15 男11:30～14:00	男7:00～9:00 女14:00～16:00
9月3日(木)	男7:00～12:00	女12:00～16:00
9月4日(金)	男7:00～9:00	女9:00～13:30

2. レーンの使用区分

◎NDソフトスタジアム山形の使用区分について

- ①周回1・2レーンは中・長距離並びに競歩関係、周回3～7レーンはリレーのバトンパスを含めた短距離
- ②第1曲走路からバックストレートの8・9レーンは400mH(8レーンが女子、9レーンが男子)
- ③第4曲走路からホームストレートの3・4レーンはリレーのバトンパスを含めた短距離
- ④ホームストレート5～7レーンは短距離、8・9レーンはハードル(8レーンが100mH、9レーンが110mH)
- ⑤跳躍競技・砲丸投の練習を認めるが、競技準備中は練習をやめること
※スタジアムのフィールド内芝生は立ち入り禁止

◎サブグラウンドの使用区分について

- ①周回1・2レーンは中・長距離並びに競歩関係、周回3・4レーンはリレーのバトンパスを含めた短距離
- ②第1曲走路からバックストレートの5・6レーンは400mH(5レーンが女子、6レーンが男子)
※競技日程により、400mHのレーンを増設する。その際は、役員の指示に従うこと
※次の時間帯は5・6レーンをリレーのバトンパスに開放する ・2日(水)13:15～15:25 ・3日(木)11:30～13:05
- ③第4曲走路からホームストレートの3・4レーンはリレーのバトンパスを含めた短距離
※次の時間帯はスタート練習に開放する ・1日(火)13:00～15:15 ・3日(木)9:00～10:45
- ④ホームストレート5～7レーンは短距離、8・9レーンはハードル(基本的には、8レーンが100mH、9レーンが110mH)
※4日(金)7:30～9:30は6・7レーンを100mH、7:30～9:50は8・9レーンを110mHに開放する
- ⑤インフィールドでの練習は禁止とする
- ⑥投てき競技実施中は、サブグラウンド内の規制を行うので、競技役員の指示に従うこと

3. 注意事項

- ①各種目の練習については、安全を考え十分に注意し、各学校の監督の責任において行うこと
- ②大会参加者のアップ・ダウン及び調整練習のみの使用とする
- ③危険防止のため、競技が終了した種目については、練習を禁止とする
- ④競技場が狭く事故につながる危険性があるため、レーン内での次の行為は禁止とする
・レーン上に道具を置いての練習 ・牽引しながら走る練習 ・逆走 ・急に立ち止まる行為