

## 総合運動公園で競技会を開催するときの ウォーミングアップ場所について

1. ウォーミングアップは原則、競技場内で行う。
2. 競技場内でのウォーミングアップは、競技日程にあわせて、使用可能な場所と内容を定める。
3. ウォーミングアップ場について定めた内容などは、栃木陸協ウェブサイト等で周知するほか、競技会運営担当者・その他係員が提示する。
4. 公園内道路やサッカー場外周のジョギングコースは、個人でのジョグなどは可とする。集団でのランニングやリレーのバトンパスなどは禁止。
4. メインスタンド下の雨天走路やバックストレート外側の雨天走路はウォーミングアップ場として使用し、待機場所としての使用は禁止する。  
(雷など荒天時は、雨天走路を避難場所とする。)
5. 競技会に参加する各団体の待機場所は、競技場内に設置し、あらかじめ指定された場所を使用する。(参加団体同士、協力して使用する。)

# 1日目 7月13日(土)

## トラックの部

No	競技開始	種別	種目	ラウンド	組 - 着 - + $\alpha$	招集時刻		
						招集開始	招集完了	
1	9:00	少年男子A	5000m	TR決勝	1組	8:40	8:45	
					2組	9:00	9:05	
					3組	9:20	9:25	
2	10:00	少年男子B	3000m	TR決勝	3組	9:40	9:45	
3	10:40	少年女子A	3000m	TR決勝		10:20	10:25	
4	10:55	少年女子B	1500m	TR決勝	2組	10:35	10:40	
5	11:10	成年女子	1500m	決勝		10:50	10:55	
6	11:25	少年男子A	400mH	予選	2-0+8	11:05	11:10	
7	11:35	少年女子B	100m	予選	6-0+8	11:15	11:20	
8	12:00	少年女子A	100m	予選	5-0+8	11:40	11:45	
9	12:20	成年女子	100m	予選	2-0+8	12:00	12:05	
10	12:30	少年男子B	100m	予選	14-0+8	1~5組	12:10	12:15
						6~10組	12:25	12:30
						11~14組	12:40	12:45
11	13:20	少年男子A	100m	予選	14-0+8	1~5組	13:00	13:05
						6~10組	13:15	13:20
						11~14組	13:30	13:35
12	14:10	成年男子	100m	予選	9-0+8	13:50	13:55	
13	14:40	少年女子共通	400mH	決勝		14:20	14:25	
14	14:45	成年女子	400mH	決勝		14:25	14:30	
15	14:50	少年男子A	400mH	決勝		14:30	14:35	
16	14:55	成年男子	400mH	決勝		14:35	14:40	
17	15:20	少年女子B	100m	決勝		15:00	15:05	
18	15:25	少年女子A	100m	決勝		15:05	15:10	
19	15:30	成年女子	100m	決勝		15:10	15:15	
20	15:50	少年男子B	100m	決勝		15:30	15:35	
21	15:55	少年男子A	100m	決勝		15:35	15:40	
22	16:00	成年男子	100m	決勝		15:40	15:45	

## フィールドの部

### 跳躍

No	競技開始	種別	種目	ラウンド	組 - 着 - + $\alpha$	招集時刻	
						招集開始	招集完了
1	10:00	少年男子共通	三段跳	決勝	B	9:10	9:15
2	10:00	成年男子	三段跳	決勝	A	9:10	9:15
3	10:00	成年女子	走高跳	決勝	A	9:10	9:15
4	12:00	少年女子共通	三段跳	決勝	A	11:10	11:15
5	13:00	成年男子	走高跳	決勝	A	12:10	12:15
6	13:00	少年男子共通	走高跳	決勝	A	12:10	12:15

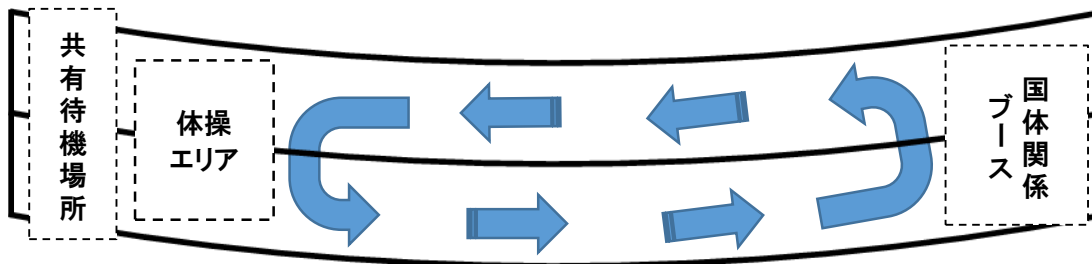
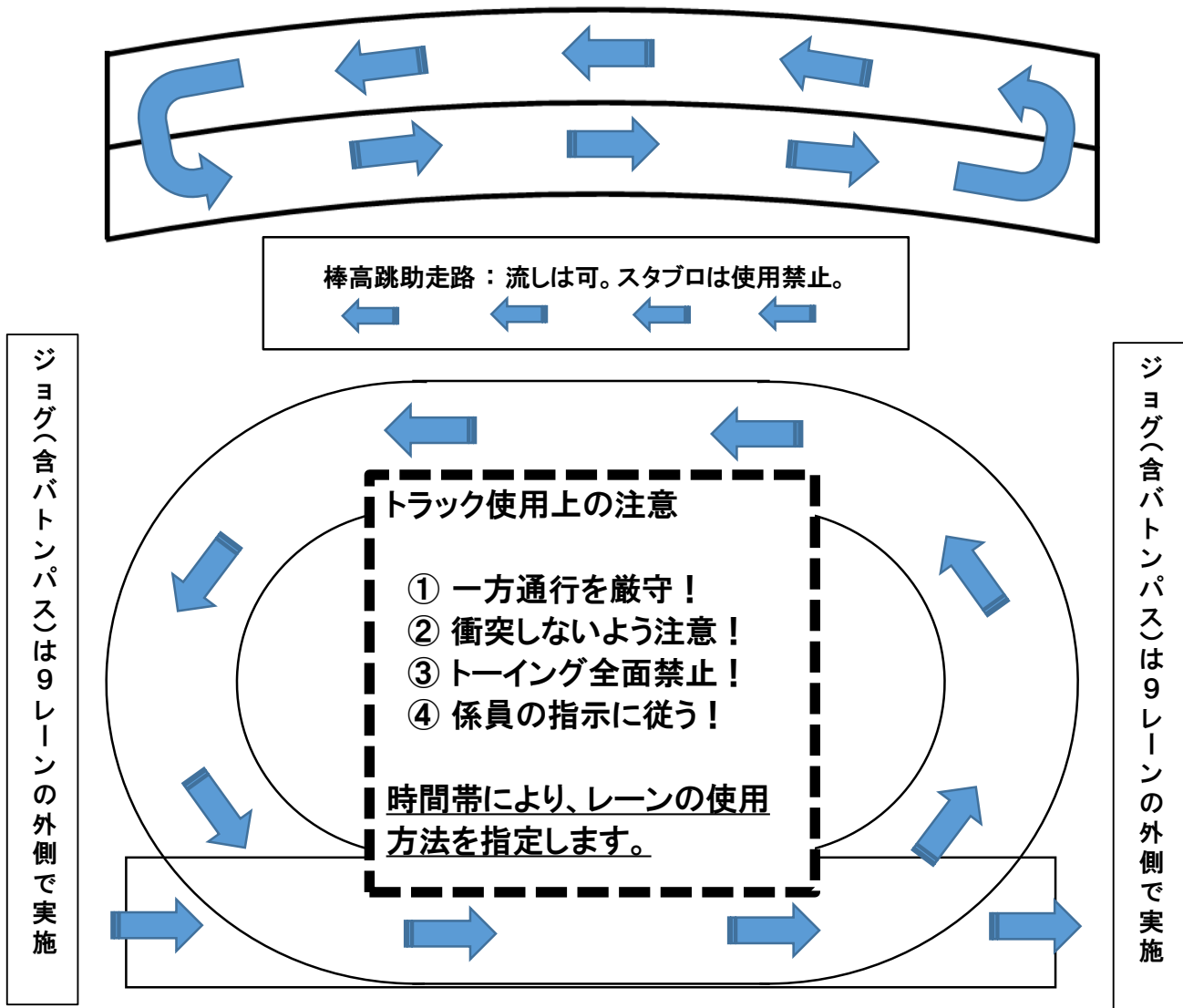
### 投てき

No	競技開始	種別	種目	ラウンド	組 - 着 - + $\alpha$	招集時刻	
						招集開始	招集完了
1	10:00	成年女子	やり投	決勝	B	9:10	9:15
2	10:00	少年女子共通	やり投	決勝	B	9:10	9:15
3	11:30	成年男子	やり投	決勝	B	10:40	10:45
4	11:30	少年男子A	やり投	決勝	B	10:40	10:45
5	13:00	成年女子	円盤投	決勝	A	12:10	12:15
6	13:00	少年女子共通	円盤投	決勝	A	12:10	12:15
7	14:30	少年男子共通	円盤投	決勝	A	13:40	13:45

# 陸上競技場内 ウォーミングアップエリア レイアウト

## バックストレート外側の雨天走路使用上の注意

一方通行で使用。選手同士でぶつからないよう、安全確認・声かけを！  
待機場所としての使用は禁止。ミニハードルなどの設置も禁止。

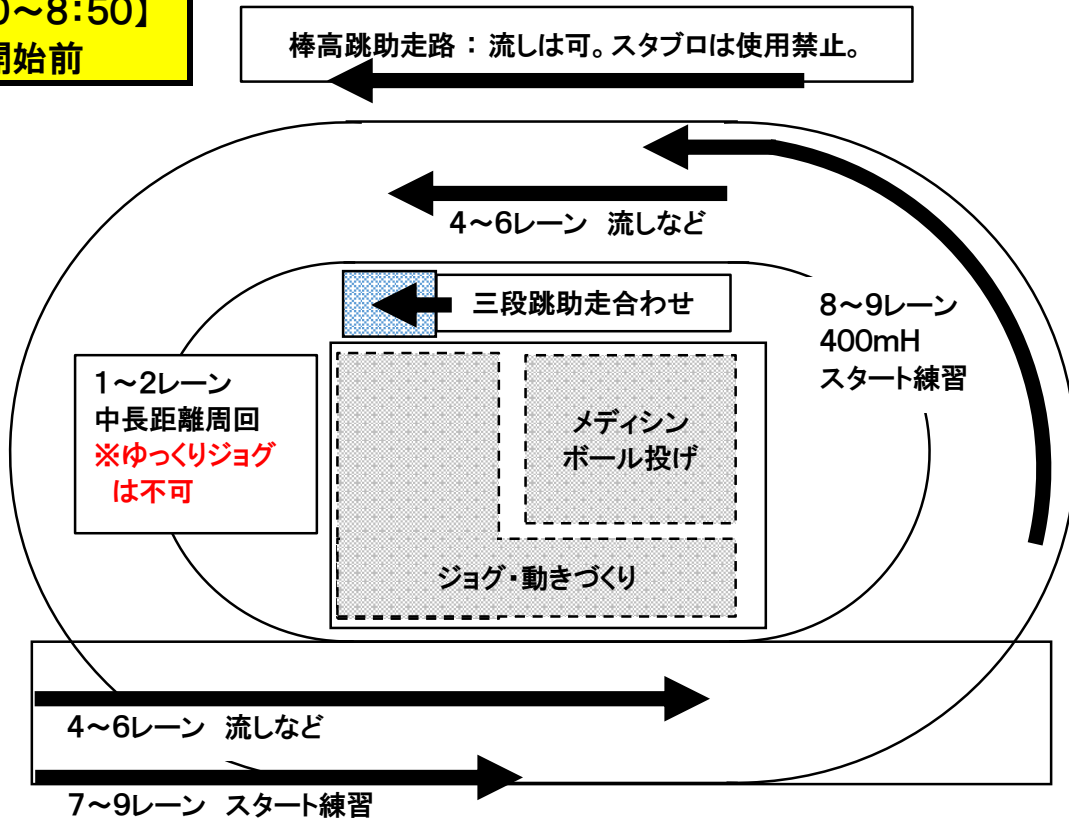


## メインスタンド下の雨天走路使用上の注意

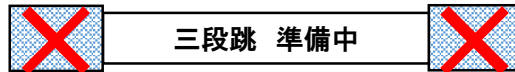
一方通行で使用。選手同士でぶつからないよう、安全確認・声かけを！  
跳躍競技実施中は、跳躍選手の使用を優先。  
体操エリアを100mスタート側に、国体関係ブースを正面玄関側に設置する。

7月13日(土)  
【7:30~8:50】  
競技開始前

ジョグ(含バトンパス)は9レーンの外側で実施



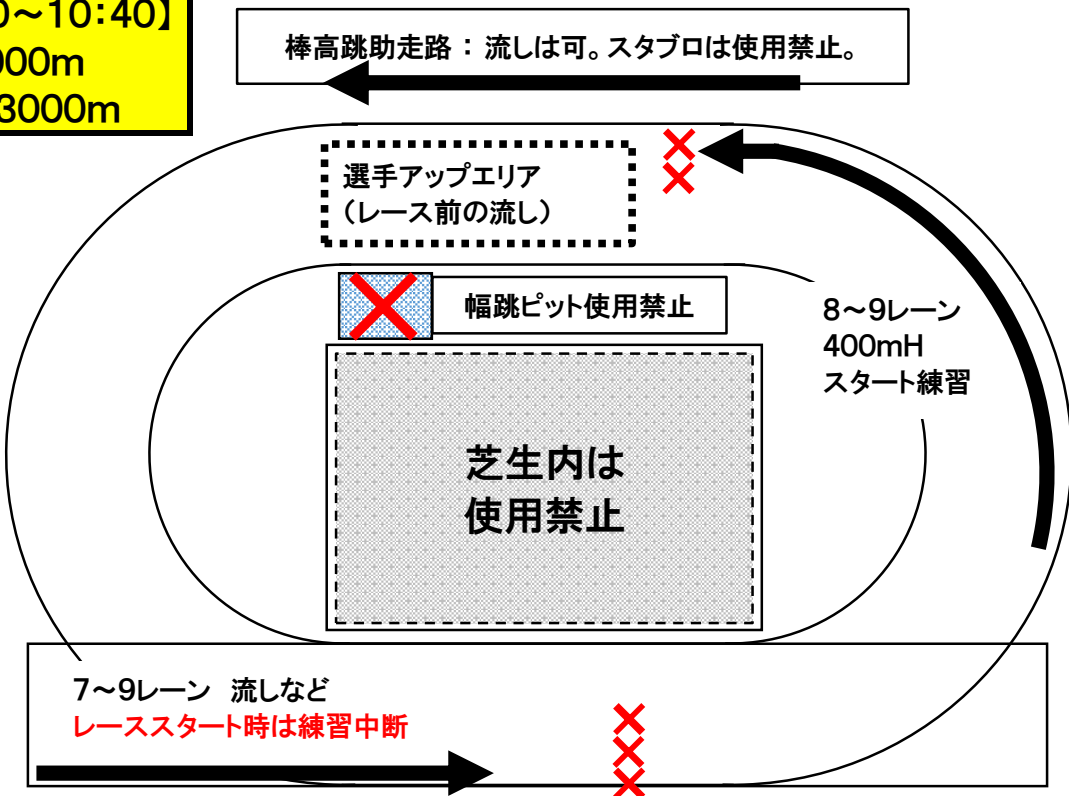
ジョグ(含バトンパス)は9レーンの外側で実施



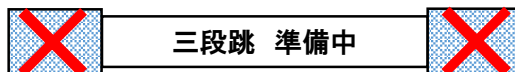
幅跳ピットは準備完了後  
練習場として解放

7月13日(土)  
【8:50~10:40】  
・男5000m  
・男女3000m

ジョグ(含バトンパス)は9レーンの外側で実施



ジョグ(含バトンパス)は9レーンの外側で実施

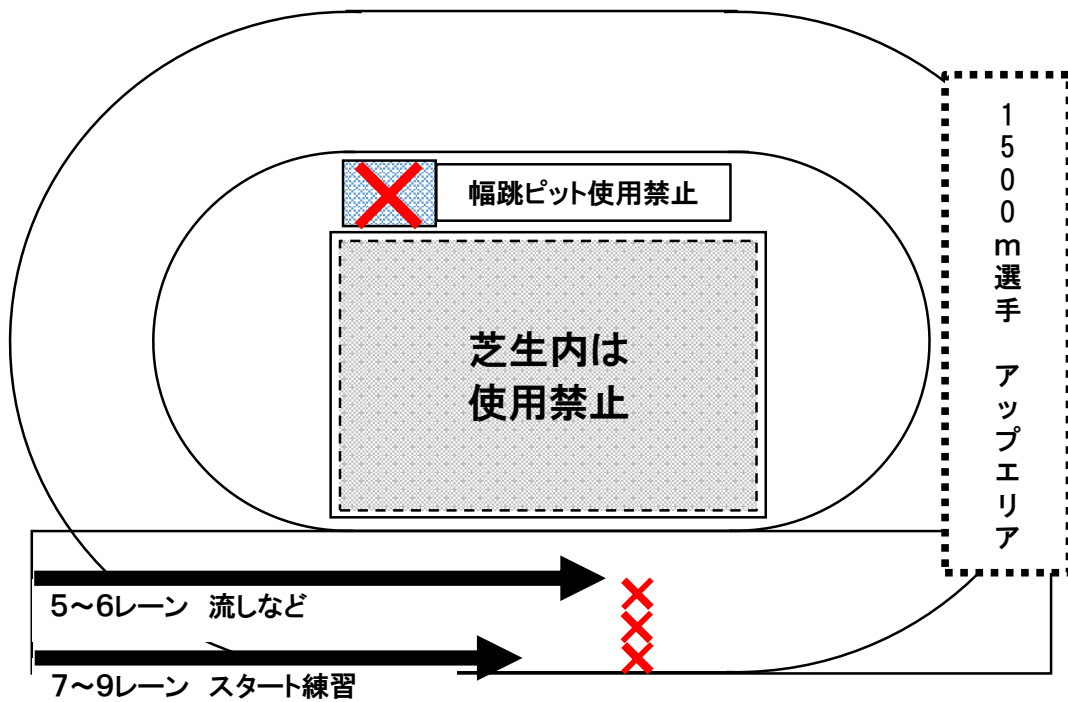


幅跳ピットは準備完了後  
練習場として解放

7月13日(土)  
[10:40~11:10]  
・女1500m

棒高跳助走路：流しは可。スタブロは使用禁止。

ジョグ(含バトンパス)は9レーンの外側で実施



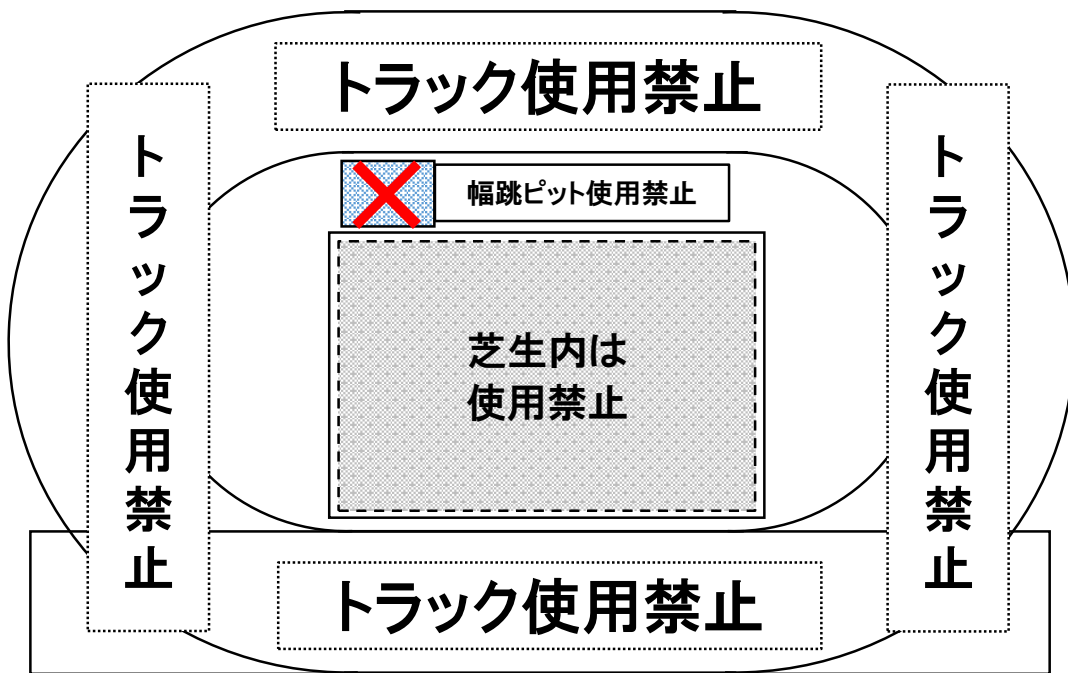
ジョグ(含バトンパス)は9レーンの外側で実施

三段跳 競技中

7月13日(土)  
[11:10~11:35]  
・男400mH

棒高跳助走路：流しは可。スタブロは使用禁止。

ジョグ(含バトンパス)は9レーンの外側で実施



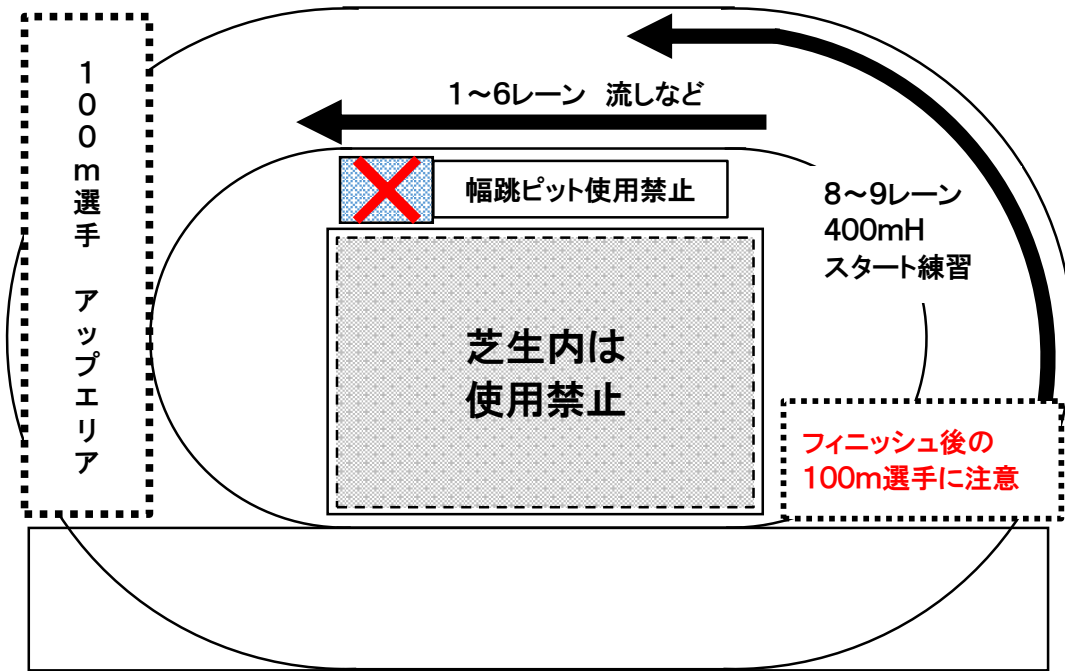
ジョグ(含バトンパス)は9レーンの外側で実施

三段跳 競技中

7月13日(土)  
[11:35~14:30]  
・男女100m

棒高跳助走路：流しは可。スタブロは使用禁止。

ジョグ(含バトンパス)は9レーンの外側で実施



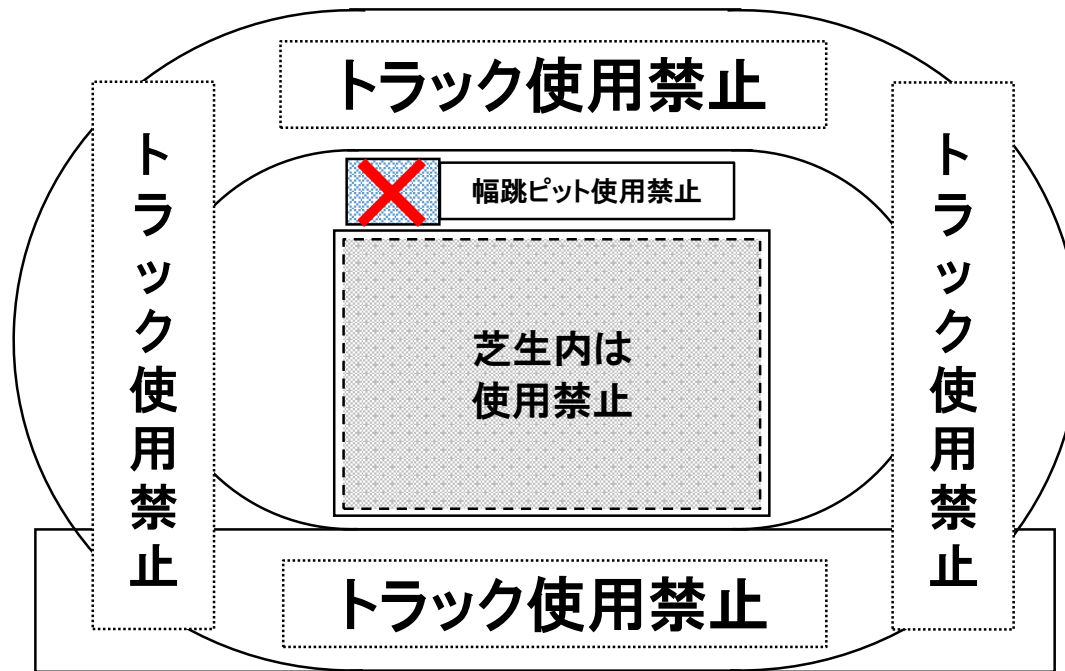
ジョグ(含バトンパス)は9レーンの外側で実施

三段跳 競技中

7月13日(土)  
[14:30~15:10]  
・男女400mH

棒高跳助走路：流しは可。スタブロは使用禁止。

ジョグ(含バトンパス)は9レーンの外側で実施



ジョグ(含バトンパス)は9レーンの外側で実施

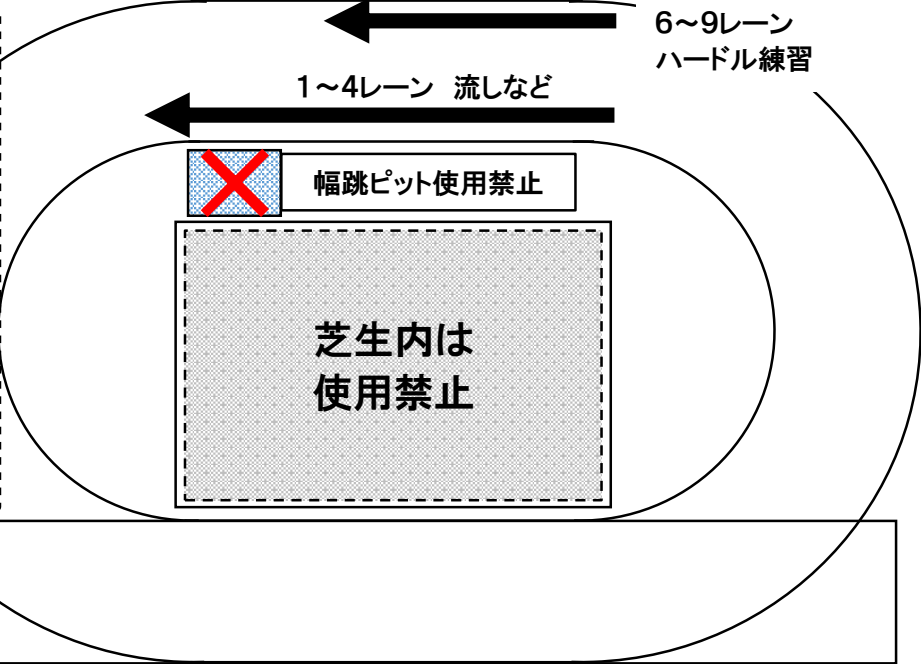
幅跳ピット 使用禁止

7月13日(土)  
【15:10~16:00】  
・男女100m

棒高跳助走路：流しは可。スタブロは使用禁止。

ジョグ(含バトンパス)は9レーンの外側で実施

100m選手  
アップエリア



ジョグ(含バトンパス)は9レーンの外側で実施

幅跳ピット 使用禁止

# 2日目 7月14日(日)

## トラックの部

No	競技開始	種別	種目	ラウンド	組 - 着 - + $\alpha$	招集時刻		
						招集開始	招集完了	
1	9:00	少年男子共通	5000mW	決勝		8:40	8:45	
		成年女子						
2	9:30	少年女子A	400m	予選	2-0+8	9:10	9:15	
3	9:40	少年男子A	400m	予選	5-0+8	9:20	9:25	
4	10:05	成年男子	400m	予選	4-0+8	9:50	9:55	
5	10:30	少年女子共通	800m	予選	7-0+8	10:10	10:15	
6	11:10	少年男子共通	800m	予選	16-0+8	1~6組	10:50	10:55
						7~11組	11:20	11:25
						12~16組	11:50	11:55
7	12:30	成年男子	800m	予選	2-0+8	12:10	12:15	
8	12:50	少年男子共通	110mJH	予選	3-0+8	12:30	12:35	
9	13:10	成年男子	110mH	予選	2-0+8	12:50	12:55	
10	13:30	少年女子A	400m	決勝		13:10	13:15	
11	13:35	成年女子	400m	決勝		13:15	13:20	
12	13:40	少年男子A	400m	決勝		13:20	13:25	
13	13:45	成年男子	400m	決勝		13:25	13:30	
14	14:00	少年女子共通	800m	決勝		13:40	13:45	
15	14:30	少年女子B	100mYH	決勝		14:10	14:15	
16	14:40	少年女子A	100mH	決勝		14:20	14:25	
17	15:00	少年男子共通	110mJH	決勝		14:40	14:45	
18	15:10	成年男子	110mH	決勝		14:50	14:55	
19	15:30	少年男子共通	800m	決勝		15:10	15:15	
20	15:45	成年男子	800m	決勝		15:25	15:30	
21	16:00	OP女子	4×100mR	TR	2組	15:40	15:45	
22	16:10	OP男子	4×100mR	TR	4組	15:50	15:55	

## フィールドの部

### 跳躍

No	競技開始	種別	種目	ラウンド	組 - 着 - + $\alpha$	招集時刻	
						招集開始	招集完了
1	10:00	成年女子	棒高跳	決勝	A	8:45	9:00
2	10:00	少年男子A	棒高跳	決勝	A	8:45	9:00
3	10:00	少年女子B	走幅跳	決勝	B	9:10	9:15
4	10:00	少年女子A	走幅跳	決勝	A	9:10	9:15
5	13:00	少年男子B	走幅跳	決勝	B	12:10	12:15
6	13:00	少年男子A	走幅跳	決勝	A	12:10	12:15

### 投てき

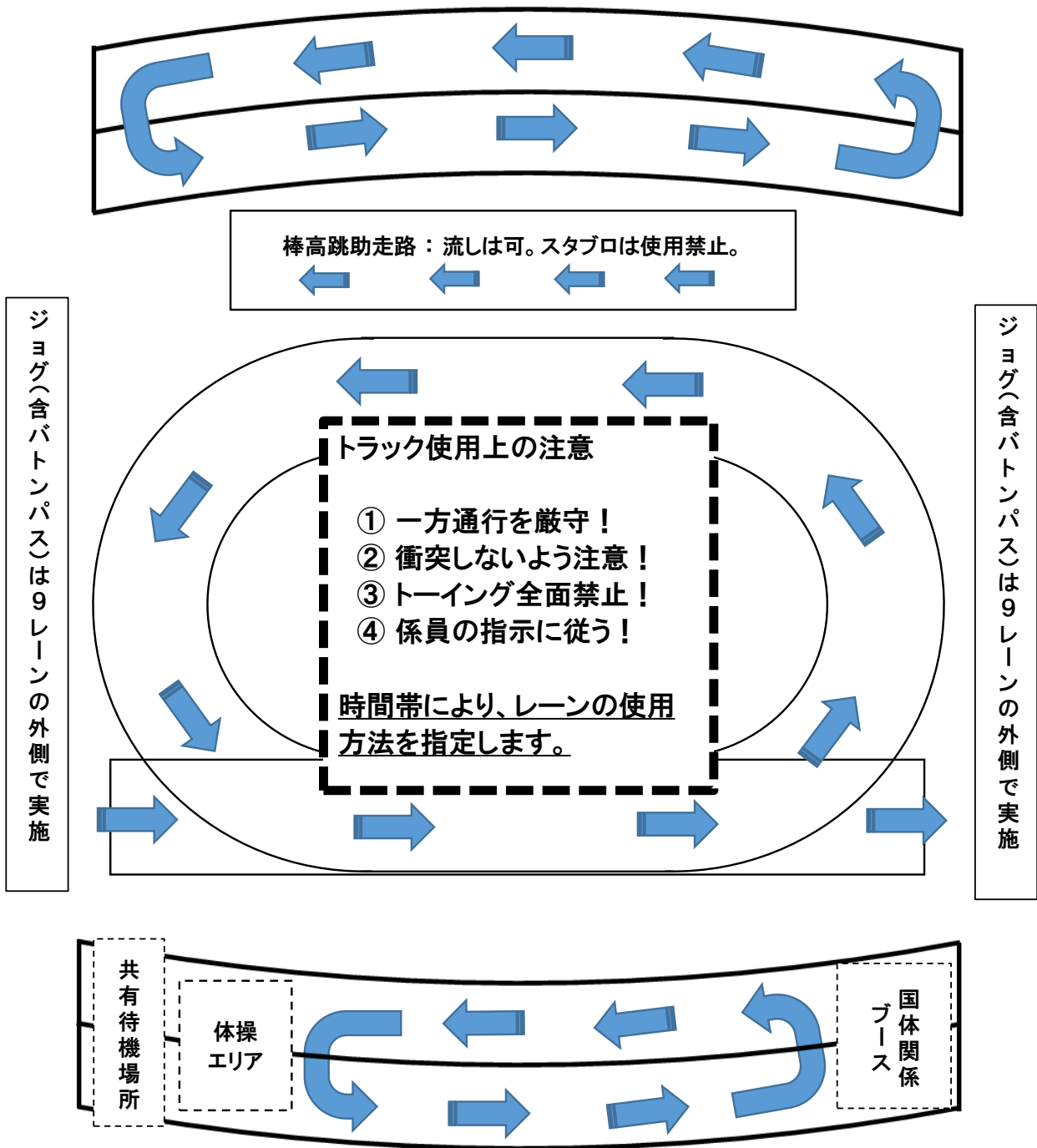
No	競技開始	種別	種目	ラウンド	組 - 着 - + $\alpha$	招集時刻	
						招集開始	招集完了
1	10:00	成年女子	砲丸投	決勝	B	9:10	9:15
2	10:00	少年女子共通	砲丸投	決勝	B	9:10	9:15
3	11:30	少年男子B	砲丸投	決勝	B	10:40	10:45
4	11:30	成年男子	砲丸投	決勝	B	10:40	10:45
5	14:00	少年男子A	ハンマー投	決勝	A	13:10	13:15



# 陸上競技場内 ウォーミングアップエリア レイアウト

## バックストレート外側の雨天走路使用上の注意

一方通行で使用。選手同士でぶつからないよう、安全確認・声かけを！  
待機場所としての使用は禁止。ミニハードルなどの設置も禁止。



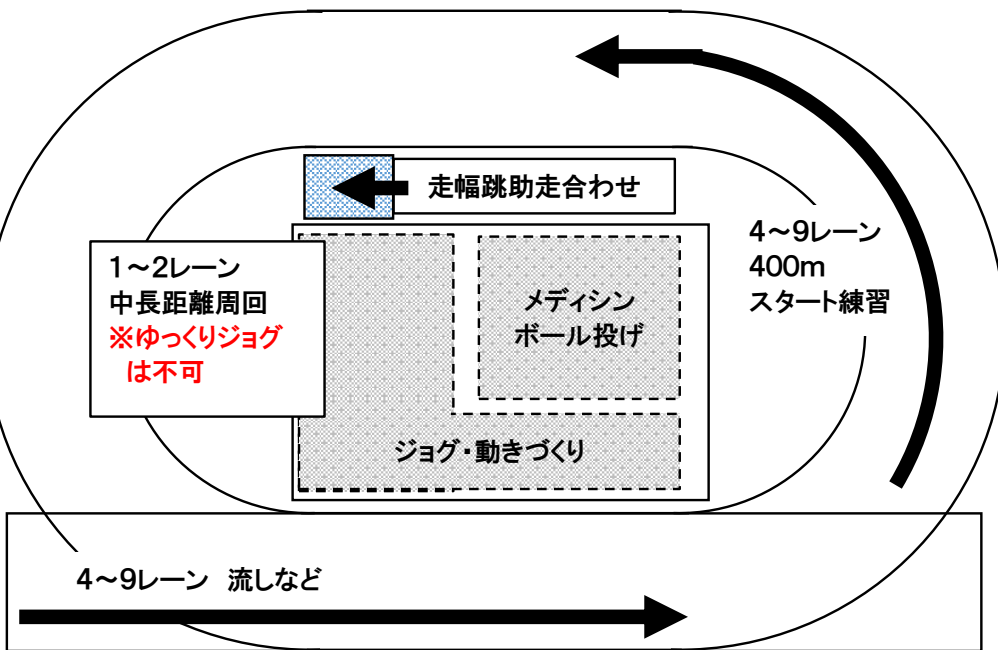
## メインスタンド下の雨天走路使用上の注意

一方通行で使用。選手同士でぶつからないよう、安全確認・声かけを！  
跳躍競技実施中は、跳躍選手の使用を優先。  
体操エリアを100mスタート側に、国体関係ブースを正面玄関側に設置する。

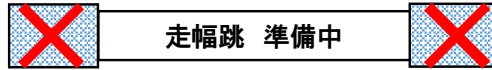
7月14日(日)  
【7:30~8:50】  
競技開始前

棒高跳助走路：流しは可。スタブロは使用禁止。

ジョグ(含バトンパス)は9レーンの外側で実施



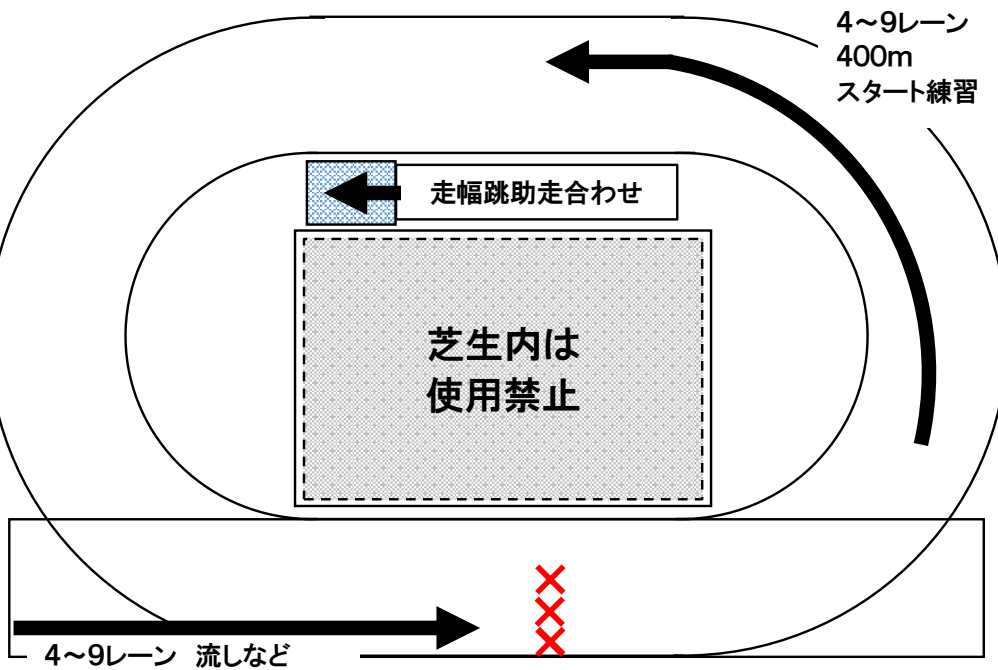
ジョグ(含バトンパス)は9レーンの外側で実施



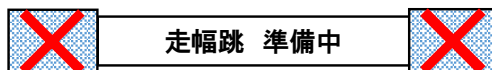
7月14日(日)  
【8:50~9:30】  
・男女5000mW

棒高跳助走路：流しは可。スタブロは使用禁止。

ジョグ(含バトンパス)は9レーンの外側で実施



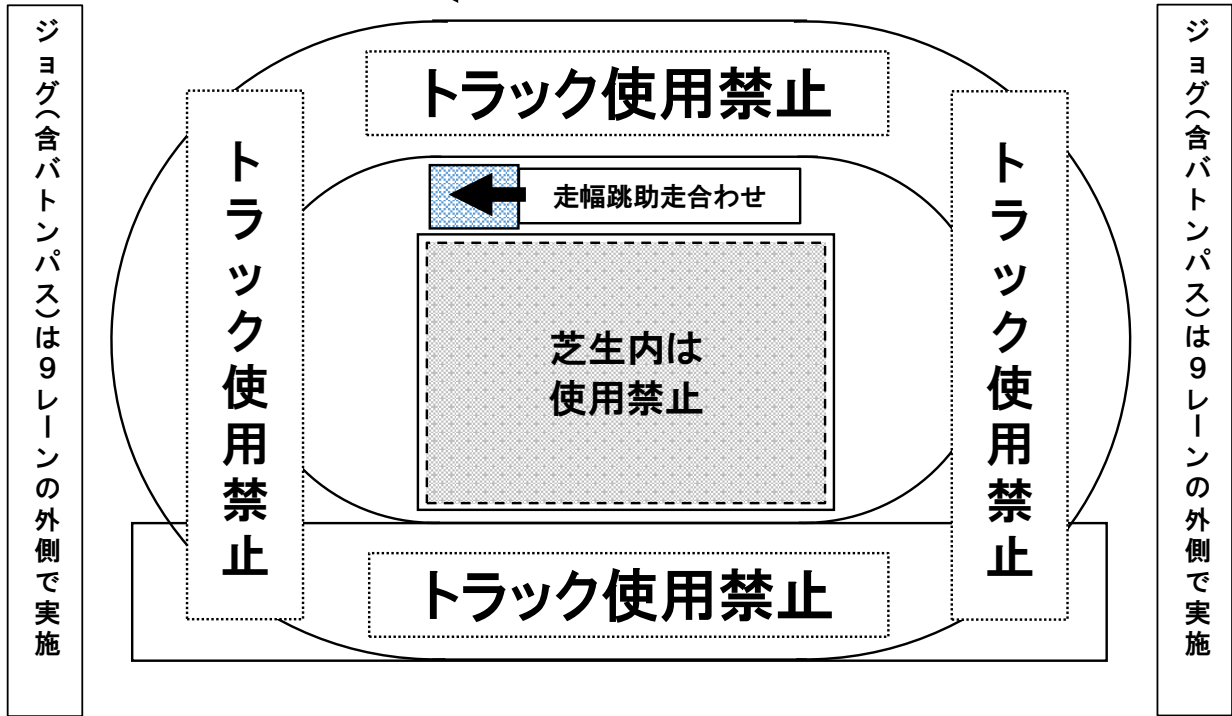
ジョグ(含バトンパス)は9レーンの外側で実施



幅跳ピットは準備完了後練習場として解放

7月14日(日)  
【9:30~10:30】  
・男女400m

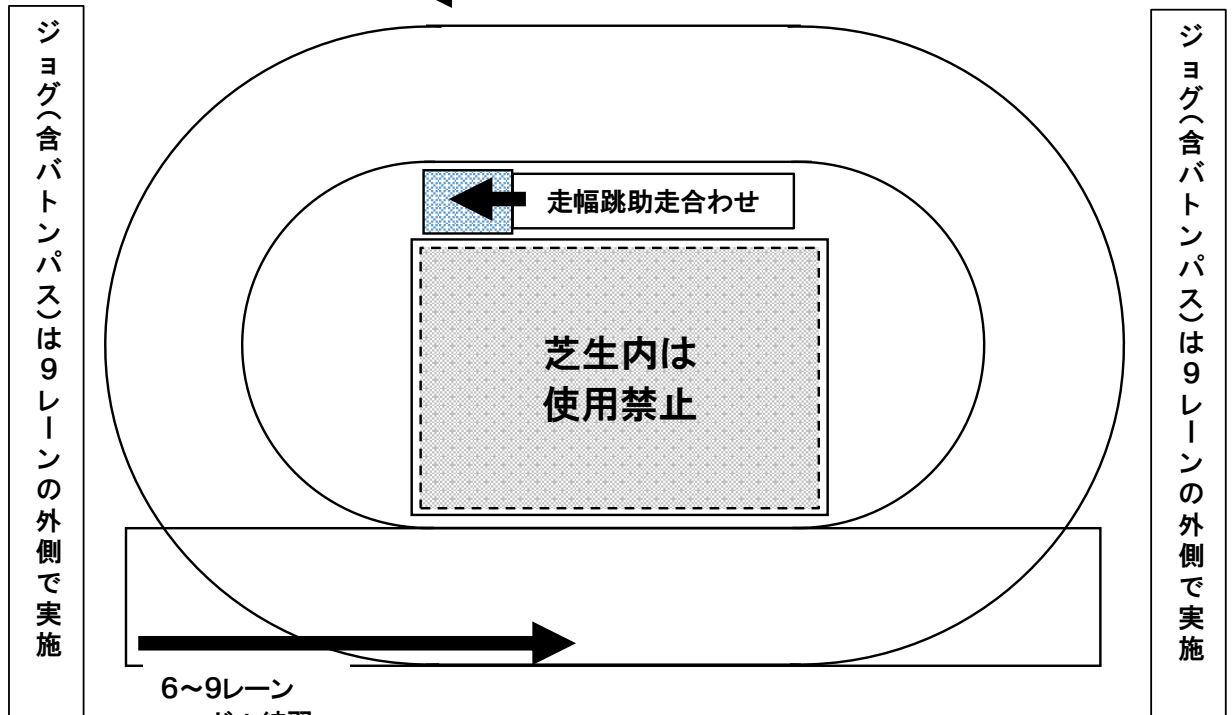
棒高跳助走路：流しは可。スタブロは使用禁止。



✕ 走幅跳 競技中 ✕

7月14日(日)  
【10:30~12:40】  
・男女800m

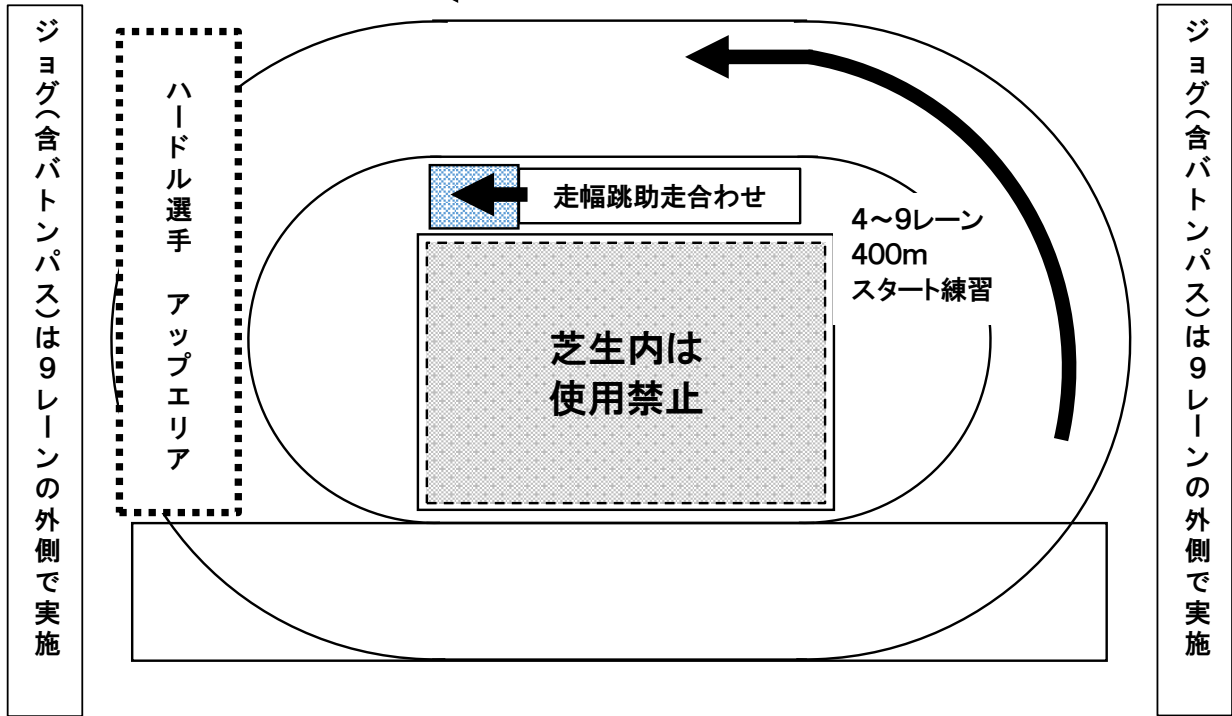
棒高跳助走路：流しは可。スタブロは使用禁止。



✕ 走幅跳 競技中 ✕

7月14日(日)  
【12:40~13:20】  
・男子ハードル

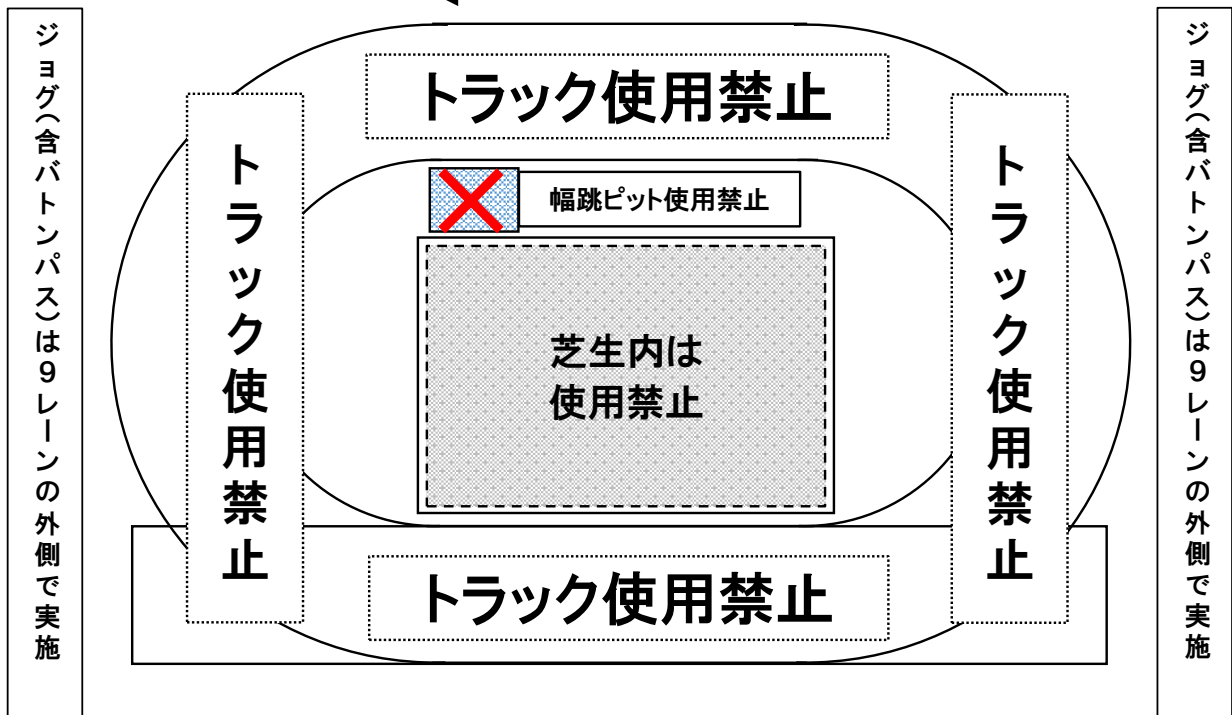
棒高跳助走路：流しは可。スタブロは使用禁止。



走幅跳 競技中

7月14日(日)  
【13:20~14:00】  
・男女400m

棒高跳助走路：流しは可。スタブロは使用禁止。

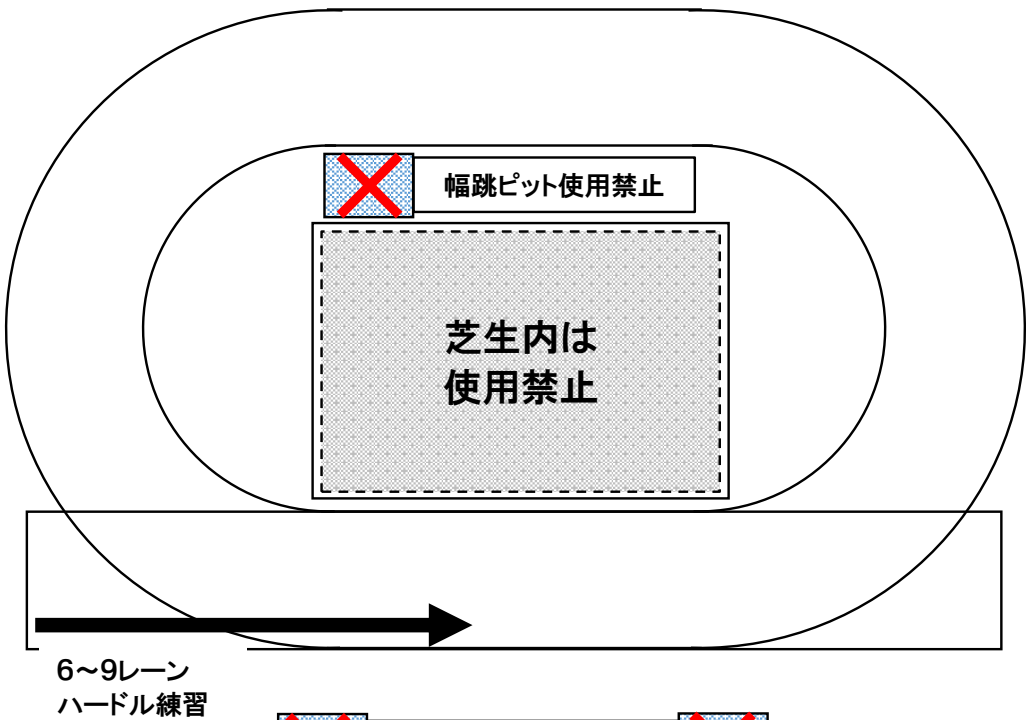


走幅跳 競技中

7月14日(日)  
【14:00~14:20】  
・女子800m

棒高跳助走路：流しは可。スタブロは使用禁止。

ジョグ(含バトンパス)は9レーンの外側で実施

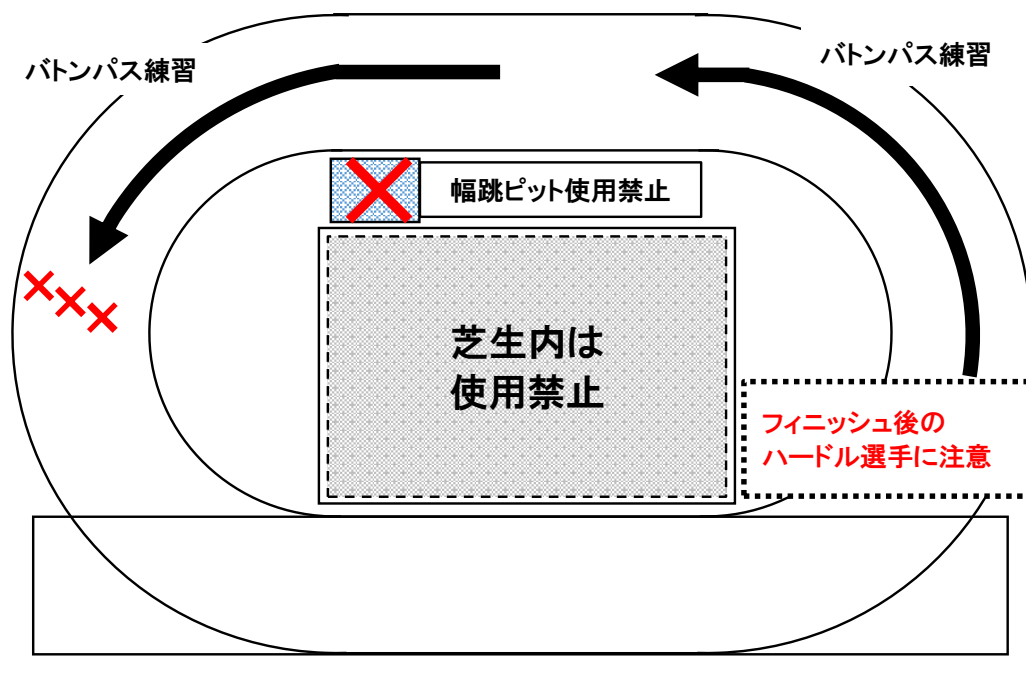


ジョグ(含バトンパス)は9レーンの外側で実施

7月14日(日)  
【14:20~15:20】  
・各種ハードル

棒高跳助走路：流しは可。スタブロは使用禁止。

ジョグ(含バトンパス)は9レーンの外側で実施

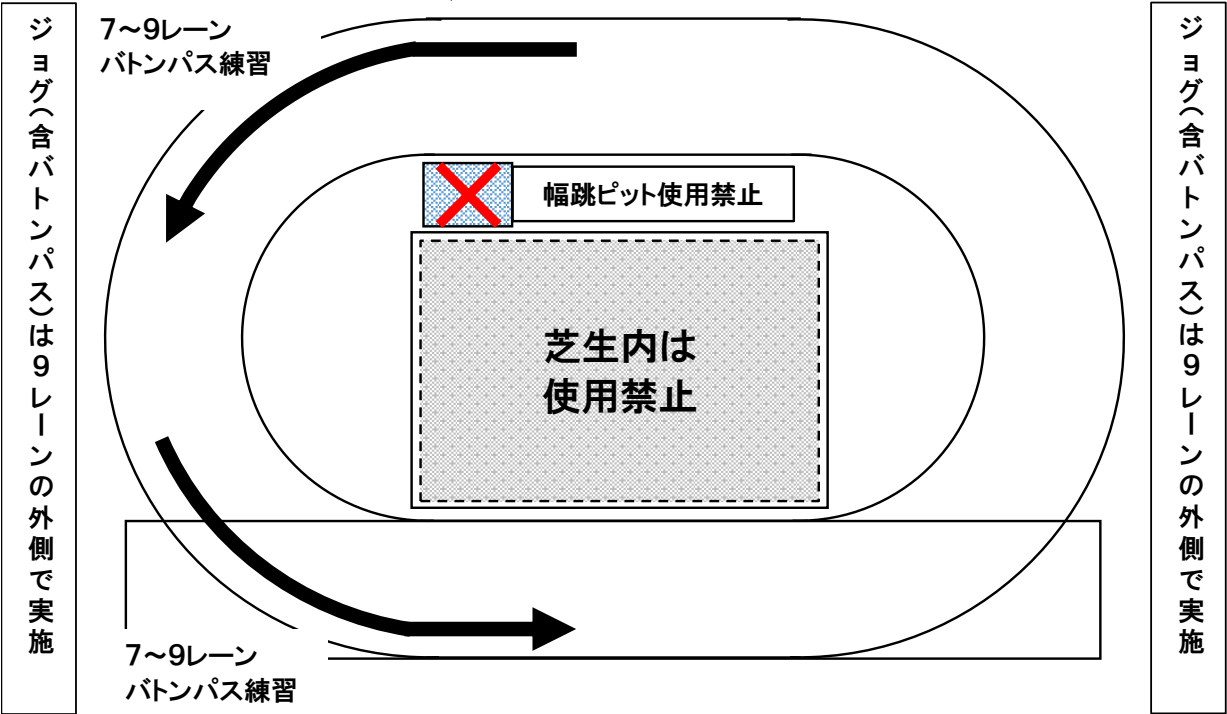


ジョグ(含バトンパス)は9レーンの外側で実施

走幅跳 競技中

7月14日(日)  
【15:20~15:50】  
・男子800m

棒高跳助走路：流しは可。スタブロは使用禁止。



7月14日(日)  
【15:50~16:20】  
・男女400mR

棒高跳助走路：流しは可。スタブロは使用禁止。

