

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 9月14日(土)

トラック競技

No	競技開始時刻	性別	種目	ラウンド	組・着・+	招集時刻		
						招集開始	招集完了	
1	9:00	女	4×100mR	予選	2-3+2	8:40	8:45	
2	9:15	男	4×100mR	予選	4-1+4	8:55	9:00	
3	9:35	男・女	5000mW	決勝		9:15	9:20	
4	10:20	女	100mH	予選	2-3+2	10:00	10:05	
5	10:40	男	110mH	予選	3-2+2	10:20	10:25	
6	11:00	女	400m	予選	3-2+2	10:40	10:45	
7	11:15	男	400m	予選	8組 TR	1~4組	10:55	11:00
						5~8組	11:10	11:15
8	12:00	女	100m	予選	10組 TR	1~6組	11:40	11:45
						7~10組	12:00	12:05
9	12:40	男	100m	予選	17組 TR	1~9組	12:20	12:25
						10~17組	12:50	12:55
10	13:40	女	100mH	決勝		13:20	13:25	
11	13:50	男	110mH	決勝		13:30	13:35	
12	14:00	男	110mJH		国体OP	13:40	13:45	
13	14:20	女	400m	決勝		14:00	14:05	
14	14:30	男	400m	決勝		14:10	14:15	
15	14:40	女	100m	決勝		14:20	14:25	
16	14:50	男	100m	決勝		14:30	14:35	
17	15:00	女	1500m	決勝	3組 TR	14:40	14:45	
18	15:30	男	1500m	決勝	5組 TR	1~3組	15:10	15:15
						4・5組	15:30	15:35
19	16:20	女	4×100mR	決勝		16:00	16:05	
20	16:30	男	4×100mR	決勝		16:10	16:15	

跳躍競技

No	競技開始時刻	性別	種目	種別	ピット	招集時刻	
						招集開始	招集完了
1	10:00	男・女	棒高跳	決勝	A	9:15	9:20
2	10:00	男	走高跳	決勝	B	9:20	9:30
3	10:00	女	走幅跳	決勝	A・B	9:20	9:30
4	12:30	男	走幅跳	決勝	A・B	11:50	12:00

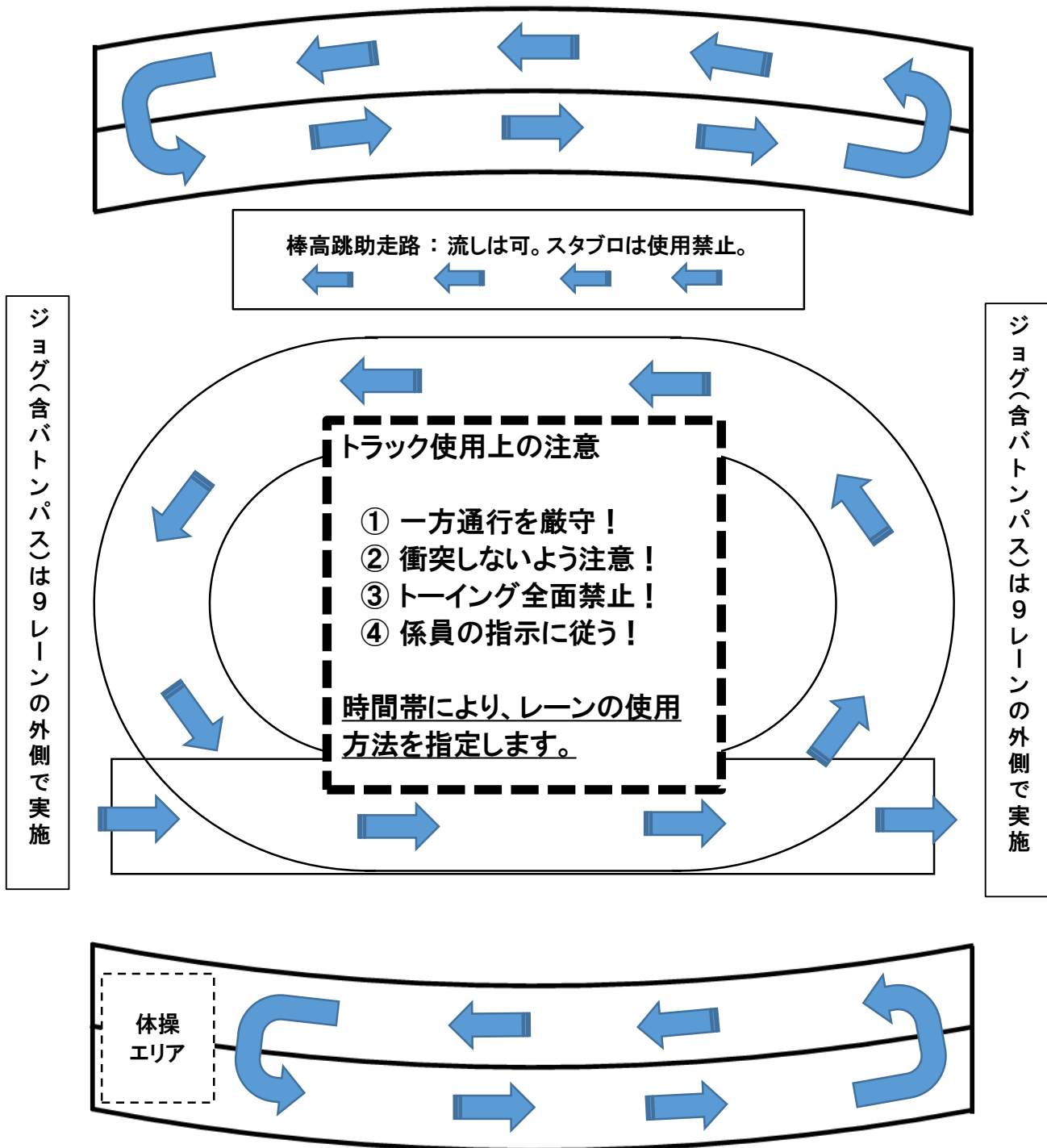
投てき競技

No	競技開始時刻	性別	種目	種別	ピット	招集時刻	
						招集開始	招集完了
1	9:30	男	円盤投	決勝	A	8:50	9:00
2	12:00	女	円盤投	決勝	A	11:20	11:30
3	14:00	男・女	ハンマー投	決勝	A	13:20	13:30

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。

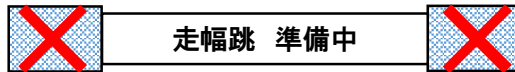
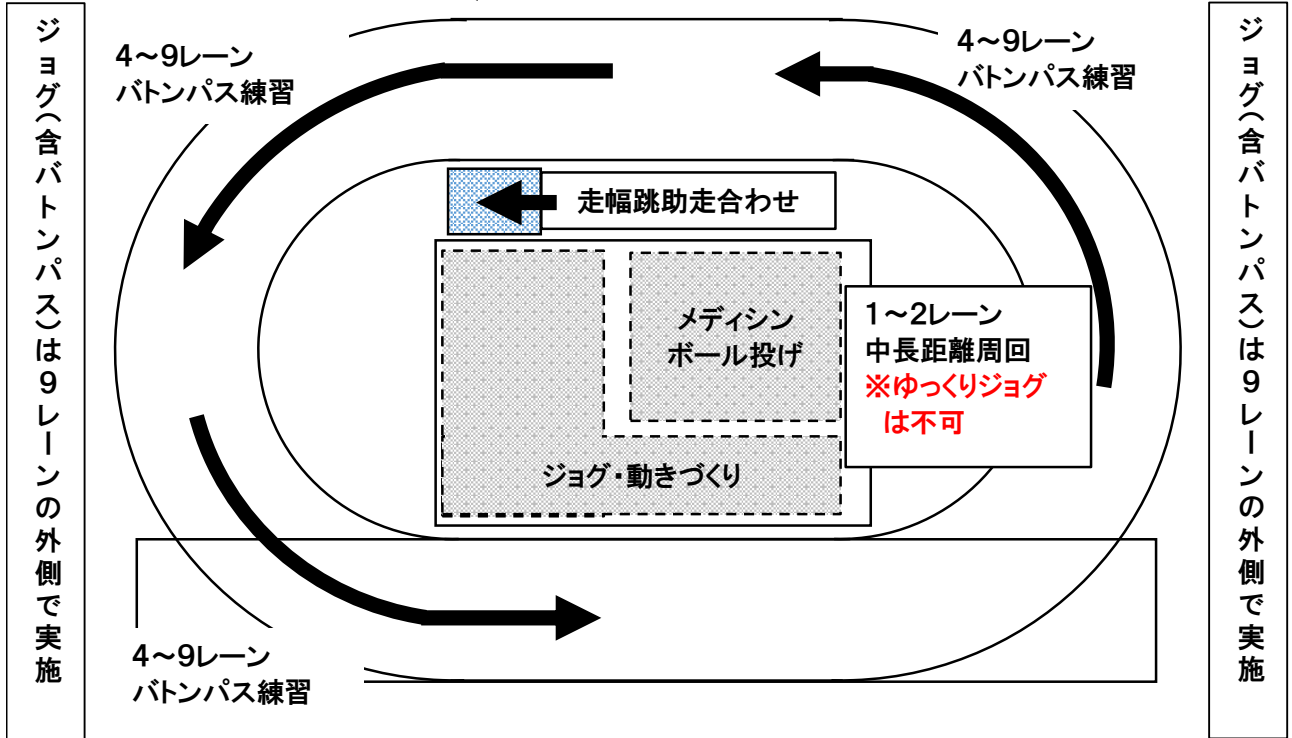


メインスタンド下の雨天走路使用上の注意

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スタート側に設置する。

9月14日(土)
【7:30~8:50】
競技開始前

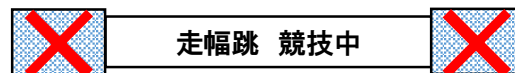
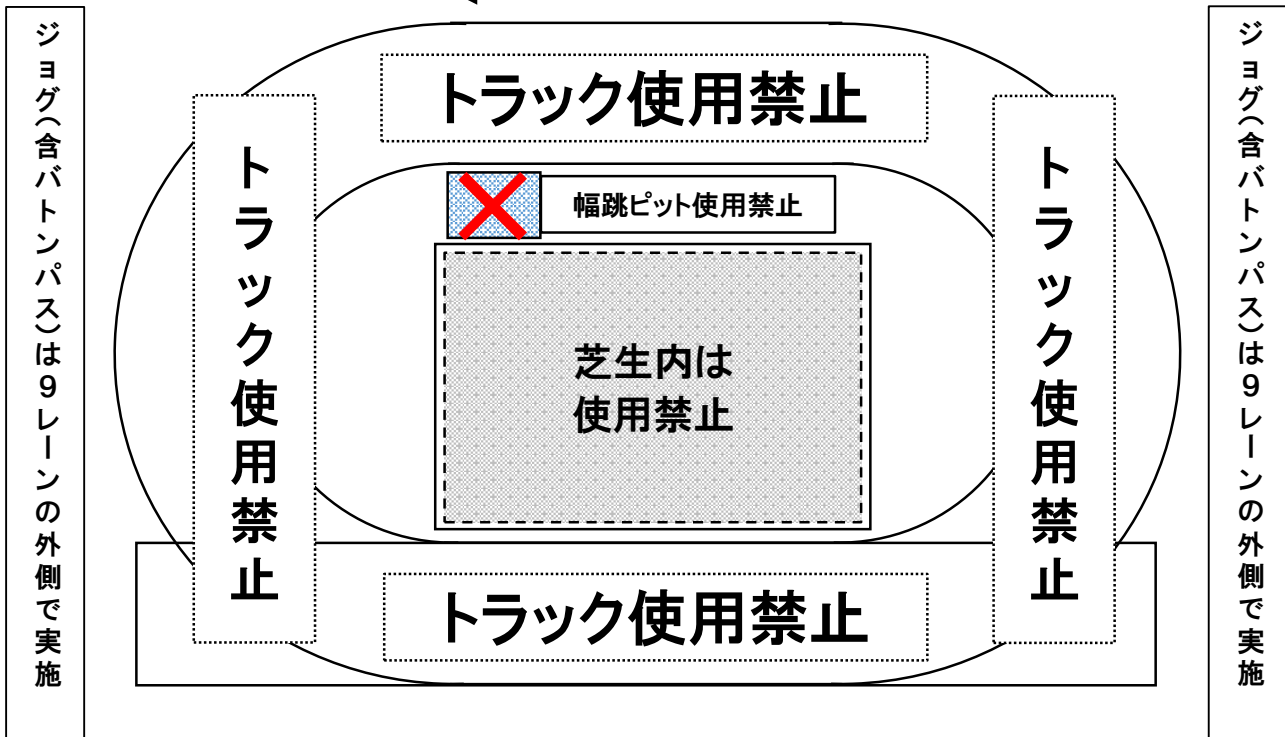
棒高跳助走路：流しは可。スタブロは使用禁止。



幅跳ピットは準備完了後練習場として解放

9月14日(土)
【8:50~9:30】
・男女400mR

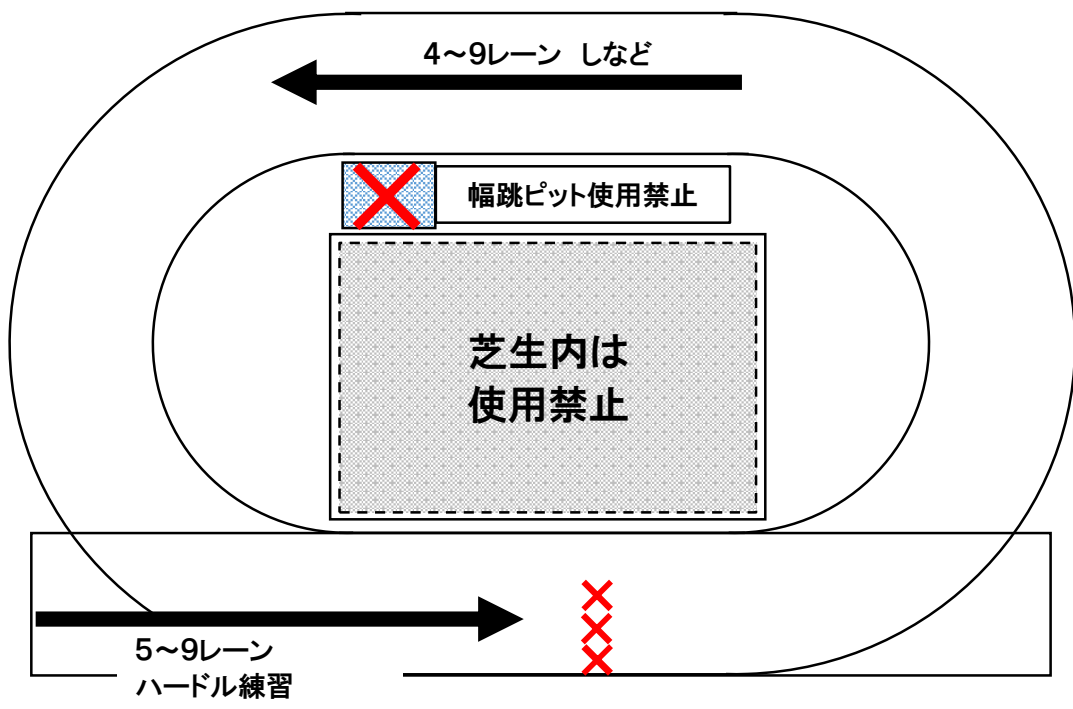
棒高跳助走路：流しは可。スタブロは使用禁止。



9月14日(土)
【9:30~10:10】
・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



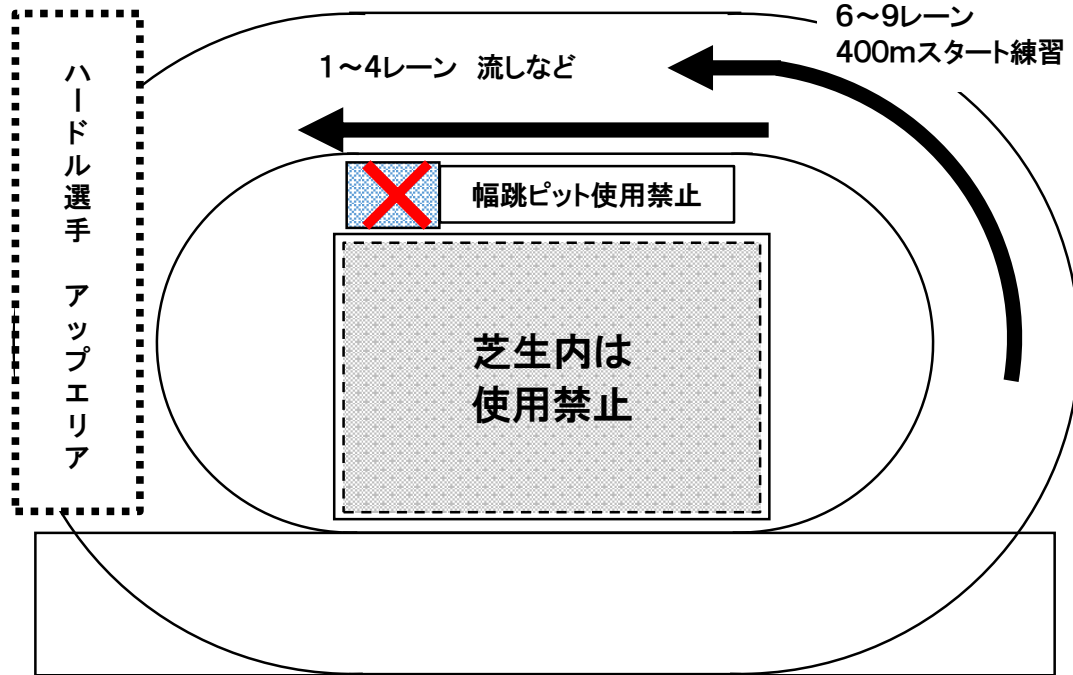
ジョグ(含バトンパス)は9レーンの外側で実施

走幅跳 競技中

9月14日(土)
【10:10~11:00】
・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



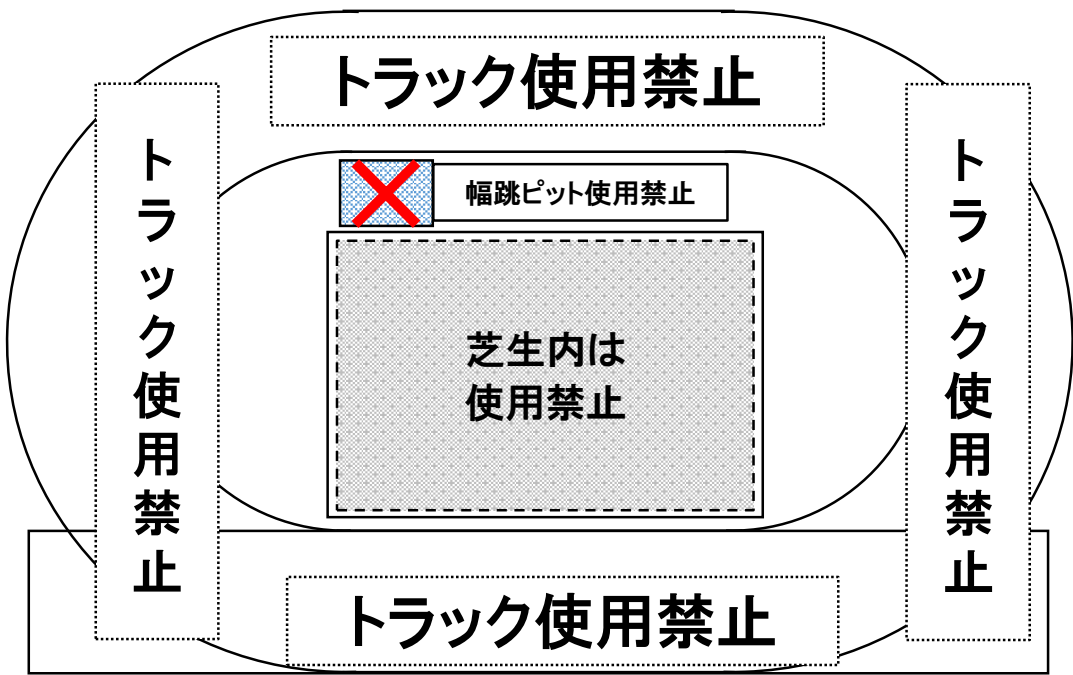
ジョグ(含バトンパス)は9レーンの外側で実施

走幅跳 競技中

9月14日(土)
[11:00~12:00]
・男女400m

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



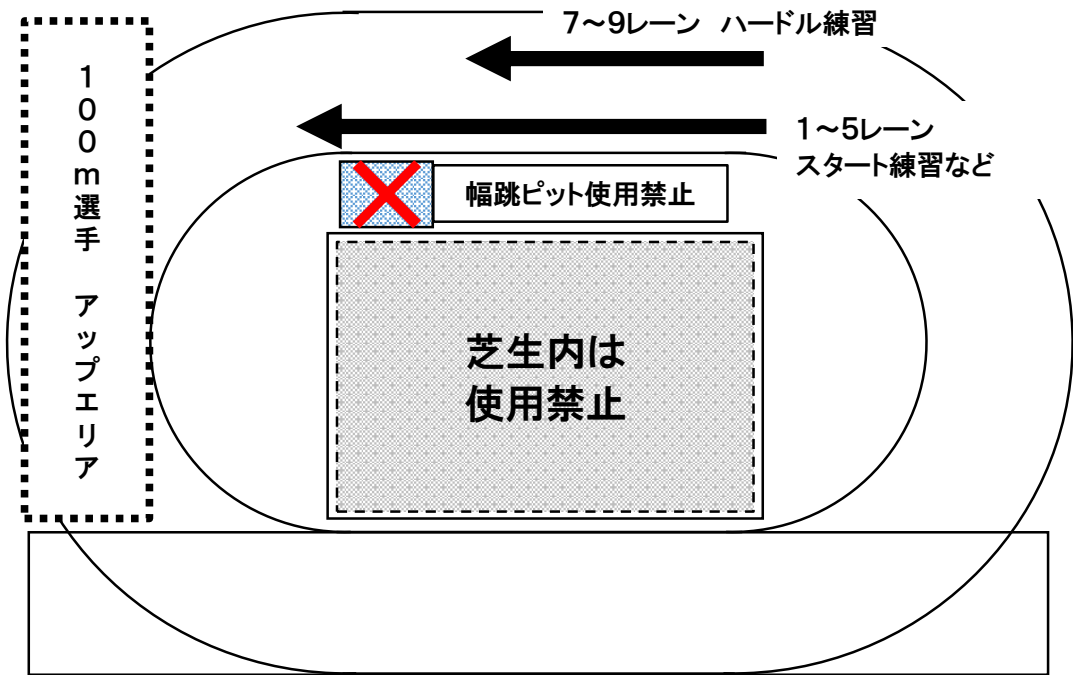
ジョグ(含バトンパス)は9レーンの外側で実施

走幅跳 競技中

9月14日(土)
[12:00~13:30]
・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

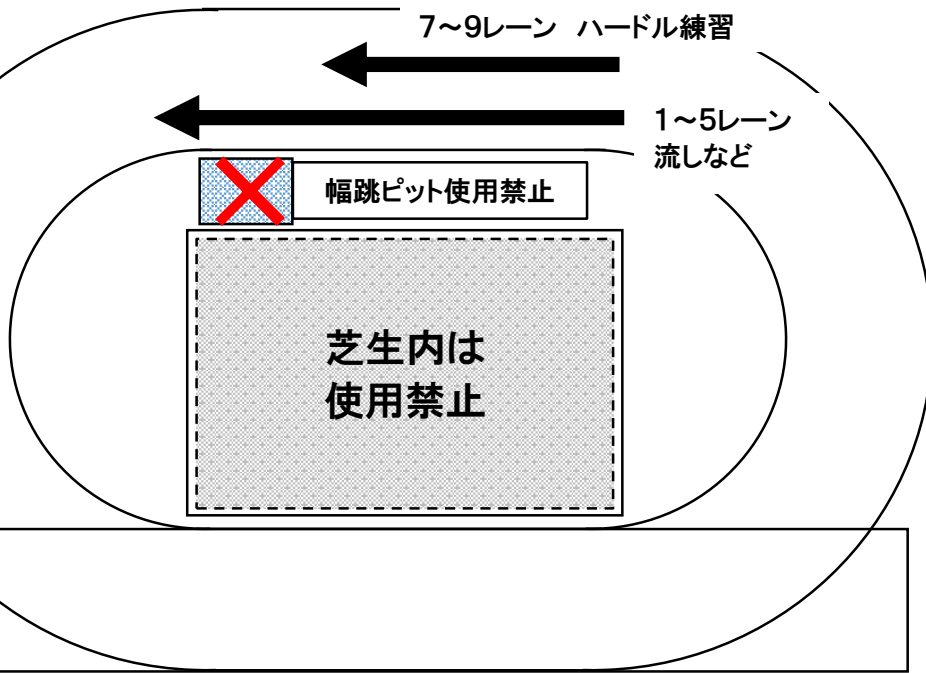
走幅跳 競技中

9月14日(土)
[13:30~14:10]
・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

ハードル選手
アップエリア



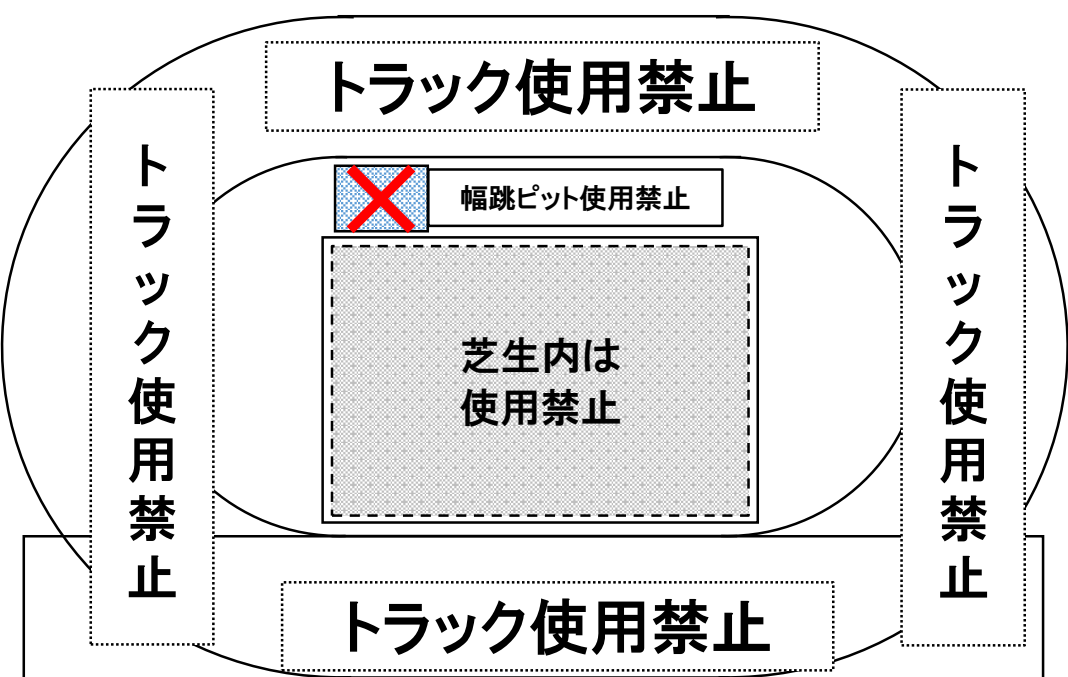
ジョグ(含バトンパス)は9レーンの外側で実施

走幅跳 競技中

9月14日(土)
[14:10~14:40]
・男女400m

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



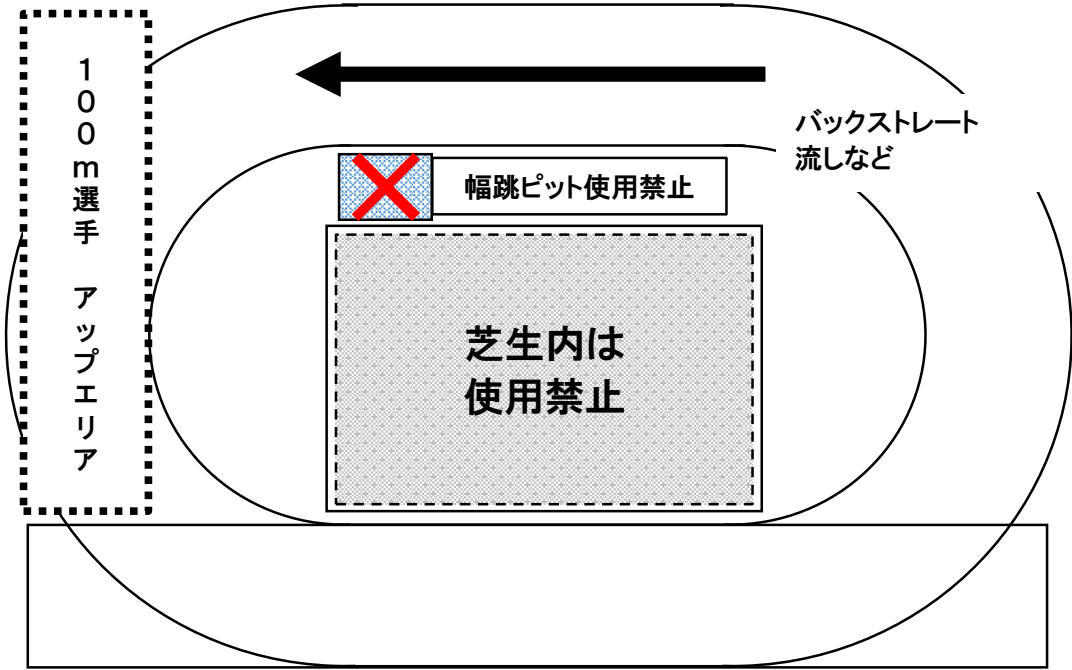
ジョグ(含バトンパス)は9レーンの外側で実施

走幅跳 競技中

9月14日(土)
【14:40~15:00】
・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



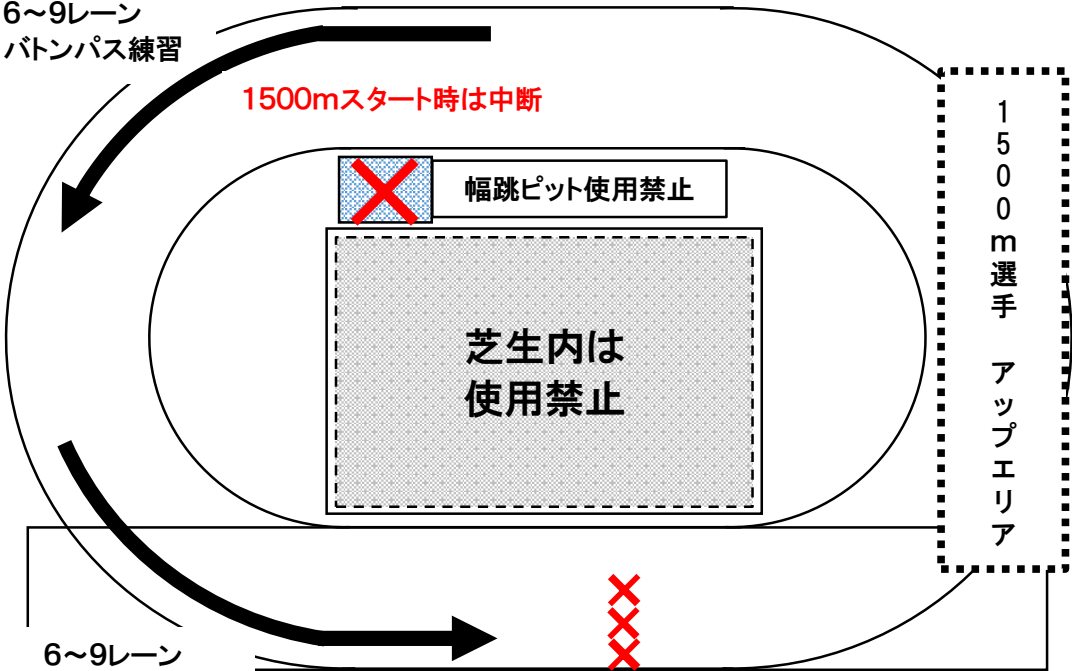
ジョグ(含バトンパス)は9レーンの外側で実施

走幅跳 競技中

9月14日(土)
【15:00~16:10】
・男女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



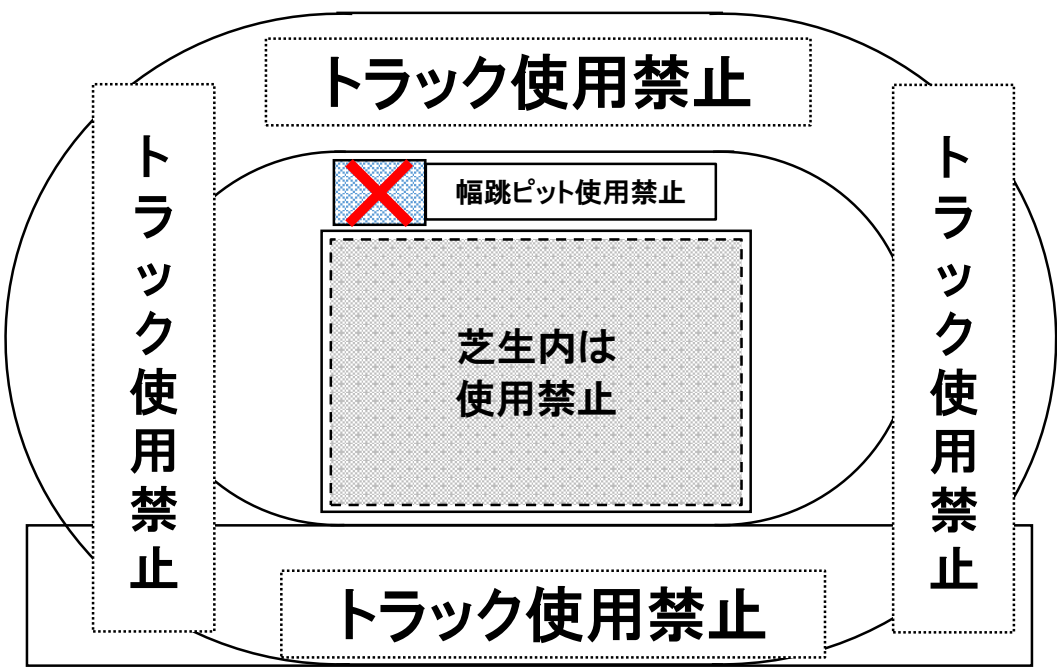
ジョグ(含バトンパス)は9レーンの外側で実施

幅跳ピット使用禁止

9月14日(土)
【16:10~16:40】
・男女400mR

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

2日目 9月15日(日)

トラック競技

No	競技開始時刻	性別	種目	ラウンド	組・着・+	招集時刻		
						招集開始	招集完了	
1	9:00	女	4×400mR	予選	2-3+2	8:40	8:45	
2	9:20	男	4×400mR	予選	3-2+2	9:00	9:05	
3	10:05	男	3000mSC	決勝		9:45	9:50	
4	10:25	女	800m	予選	6組 TR	1~3組	10:05	10:10
						4~6組	10:20	10:25
5	11:00	男	800m	予選	10組 TR	1~4組	10:40	10:45
						5~8組	11:00	11:05
						9・10組	11:20	11:25
6	12:00	女	200m	予選	6組 TR	1~4組	11:40	11:45
						5・6組	11:50	11:55
7	12:30	男	200m	予選	13組 TR	1~7組	12:10	12:15
						8~13組	12:25	12:30
8	13:30	女	400mH	予選	3-2+2	13:10	13:15	
9	13:50	男	400mH	予選	3-2+2	13:30	13:35	
10	14:20	女	800m	決勝		14:00	14:05	
11	14:30	男	800m	決勝		14:10	14:15	
12	14:40	女	200m	決勝		14:20	14:25	
13	14:50	男	200m	決勝		14:30	14:35	
14	15:00	女	3000m	決勝		14:40	14:45	
15	15:30	女	400mH	決勝		15:10	15:15	
16	15:40	男	400mH	決勝		15:20	15:25	
17	15:50	男	5000m	決勝	2組 TR	1組	15:30	15:35
						2組	15:45	15:50
18	16:40	女	4×400mR	決勝		16:20	16:25	
19	16:50	男	4×400mR	決勝		16:30	16:35	

跳躍競技

No	競技開始時刻	性別	種目	種別	ピット	招集時刻	
						招集開始	招集完了
1	10:00	女	三段跳	決勝	A・B	9:20	9:30
2	13:00	男	三段跳	決勝	A・B	12:20	12:30
3	13:00	女	走高跳	決勝	A	12:20	12:30

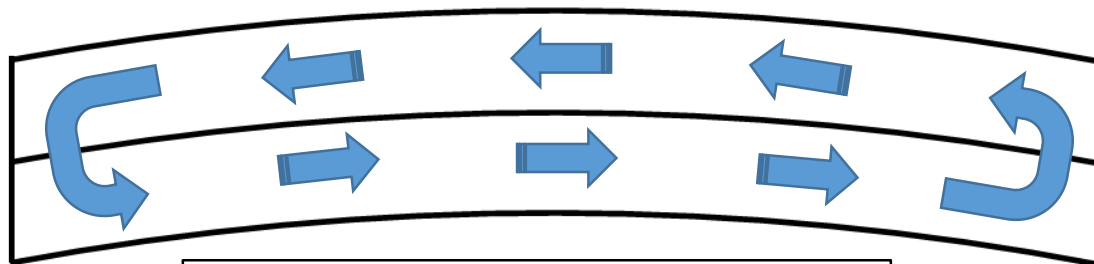
投てき競技

No	競技開始時刻	性別	種目	種別	ピット	招集時刻	
						招集開始	招集完了
1	10:00	男	やり投	決勝	B	9:20	9:30
2	10:00	女	砲丸投	決勝	B	9:20	9:30
3	13:30	男	砲丸投	決勝	B	12:50	13:00
4	13:30	女	やり投	決勝	B	12:50	13:00

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

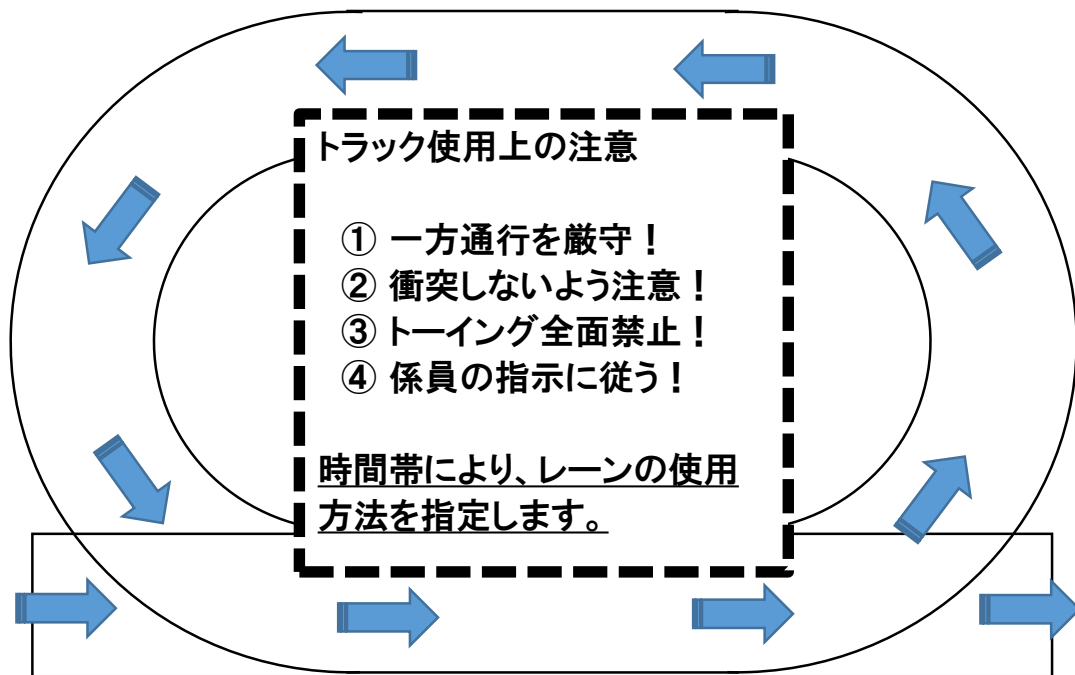
一方通行で使用。選手同士でぶつからないよう、安全確認・声かけを！
待機場所としての使用は禁止。ミニハードルなどの設置も禁止。



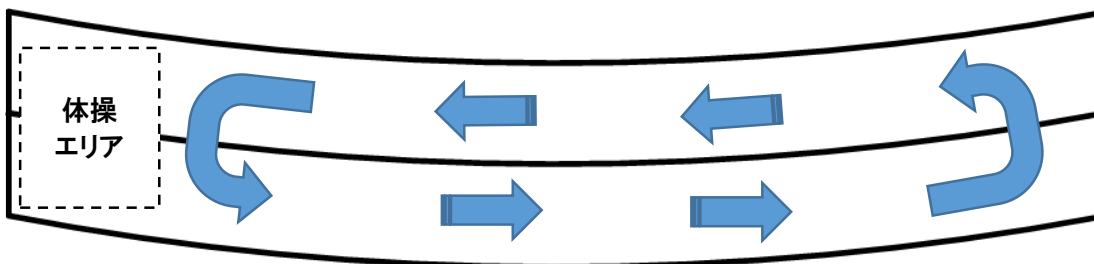
棒高跳助走路：流しは可。スタプロは使用禁止。



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



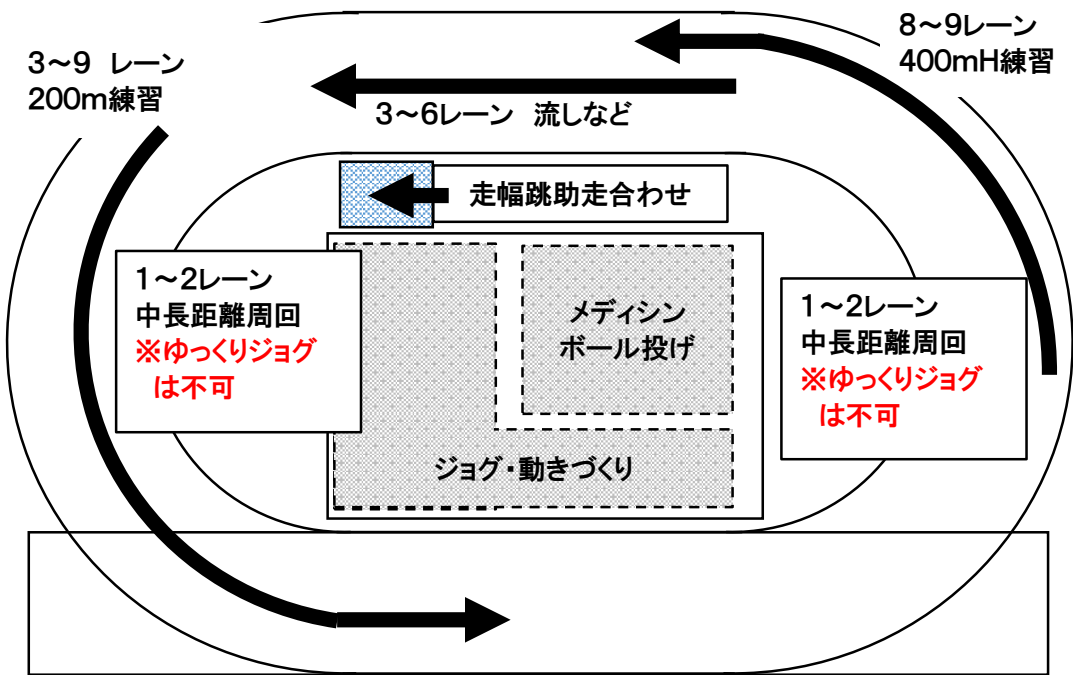
メインスタンド下の雨天走路使用上の注意

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スタート側に設置する。

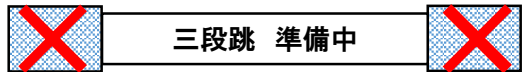
9月15日(日)
【7:30~8:50】
競技開始前

棒高跳助走路：流しは可。スタプロは使用禁止。

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

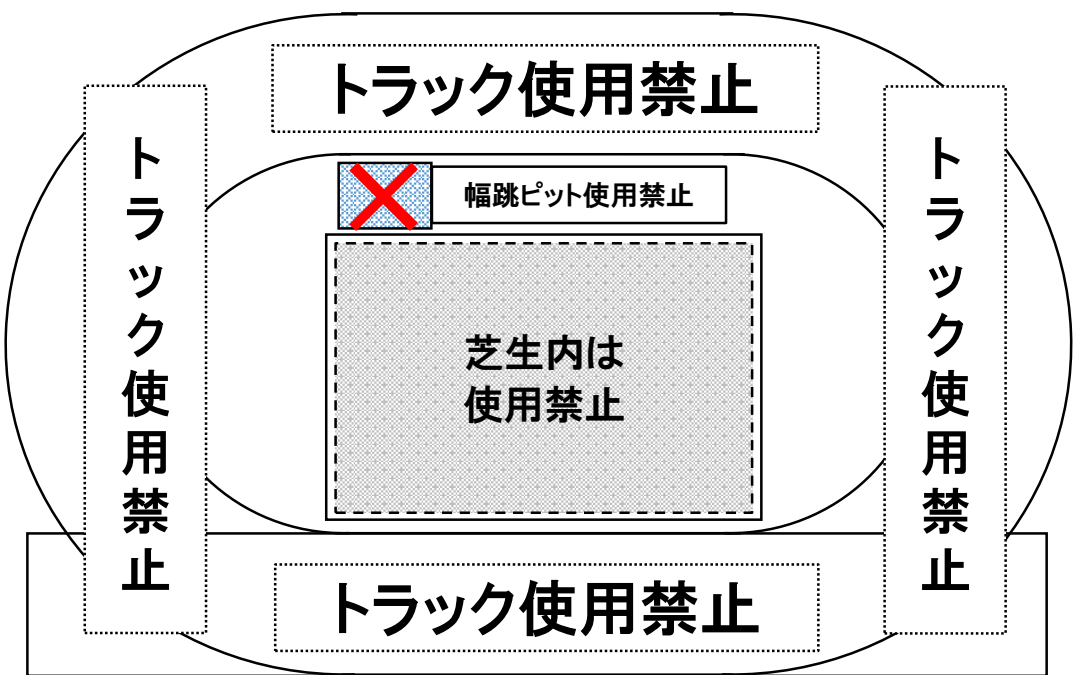


幅跳ピットは準備完了後練習場として解放

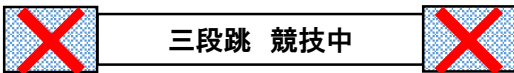
9月15日(日)
【8:50~10:00】
・男女1600mR

棒高跳助走路：流しは可。スタプロは使用禁止。

ジョグ(含バトンパス)は9レーンの外側で実施



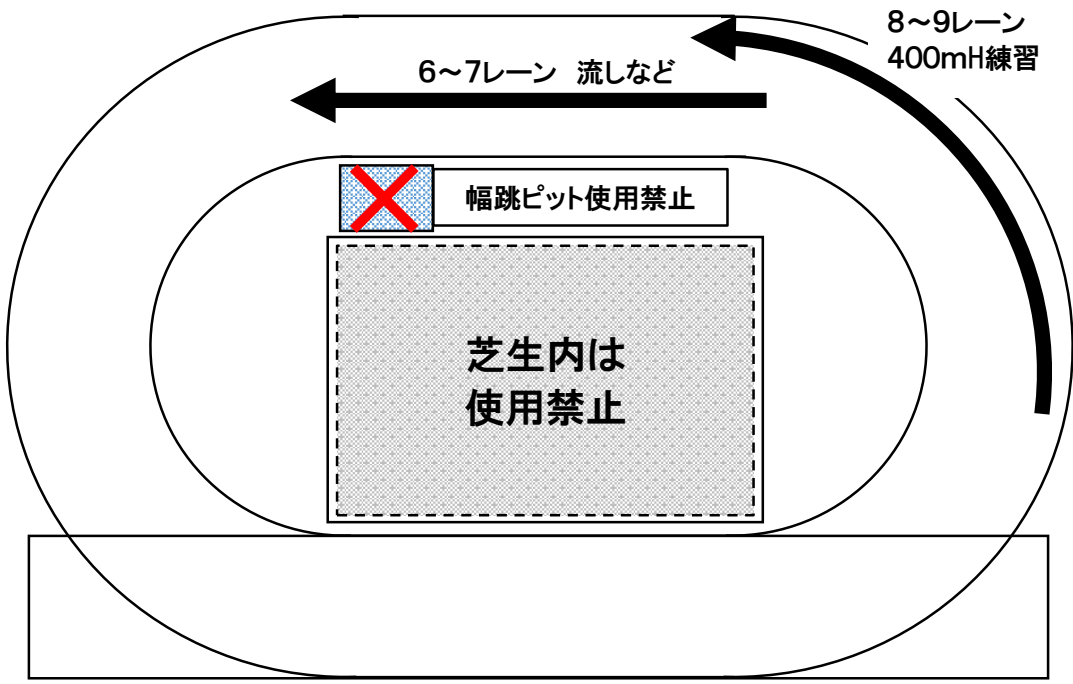
ジョグ(含バトンパス)は9レーンの外側で実施



9月15日(日)
【10:00~10:20】
・男3000mSC

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



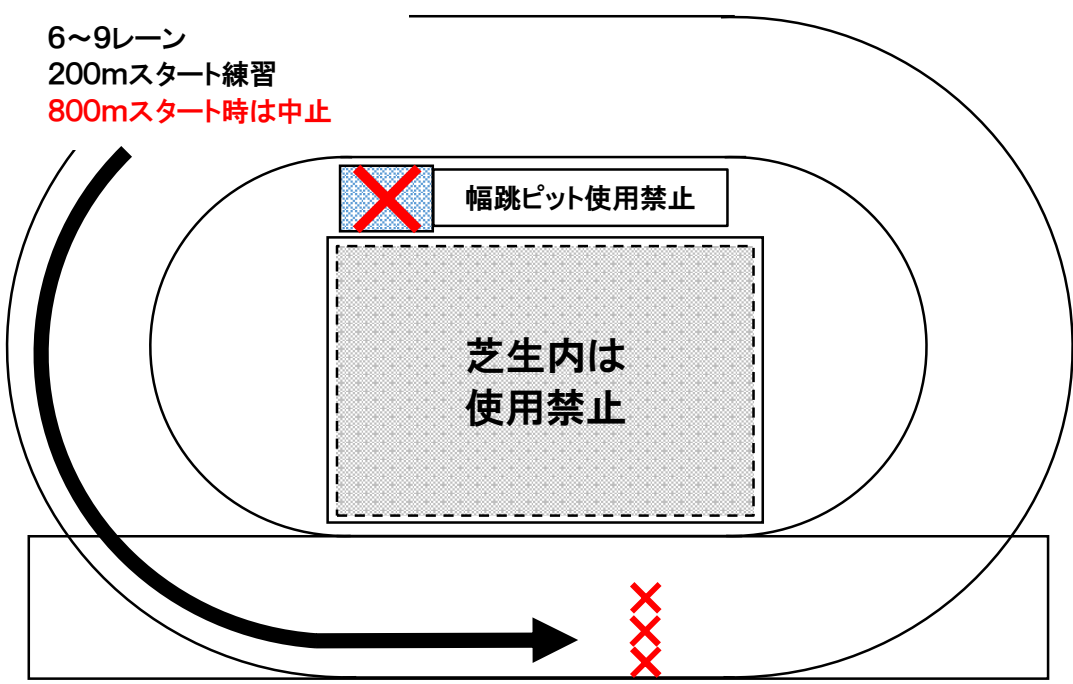
ジョグ(含バトンパス)は9レーンの外側で実施

三段跳 競技中

9月15日(日)
【10:20~12:00】
・男女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



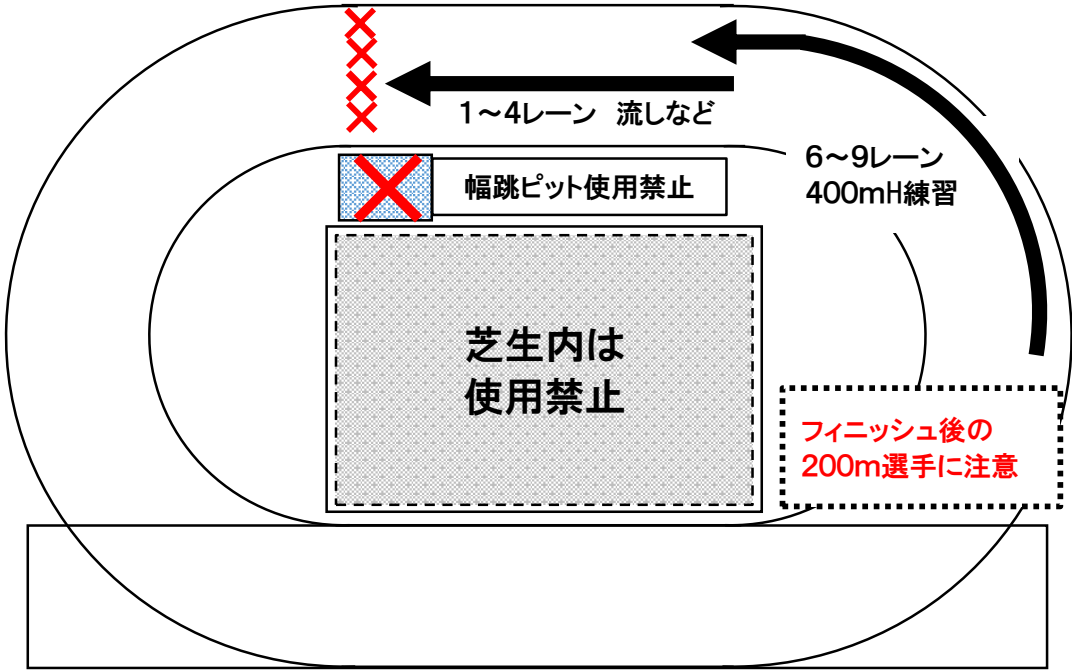
ジョグ(含バトンパス)は9レーンの外側で実施

三段跳 競技中

9月15日(日)
【12:00~13:20】
・男女200m

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



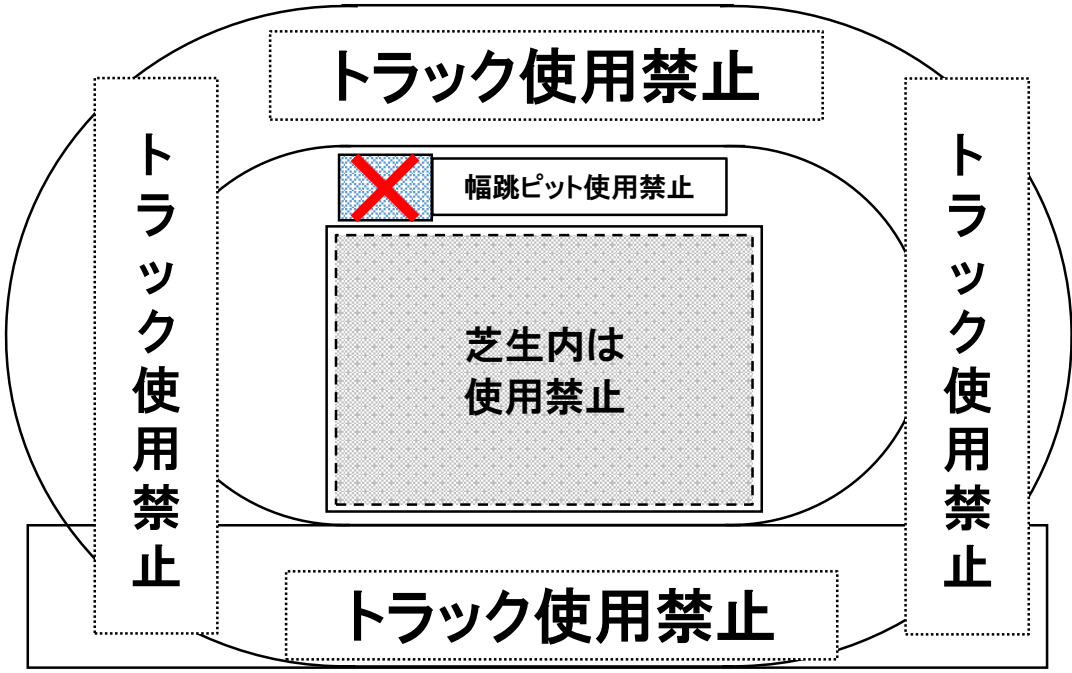
ジョグ(含バトンパス)は9レーンの外側で実施

三段跳 競技中

9月15日(日)
【13:20~14:20】
・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



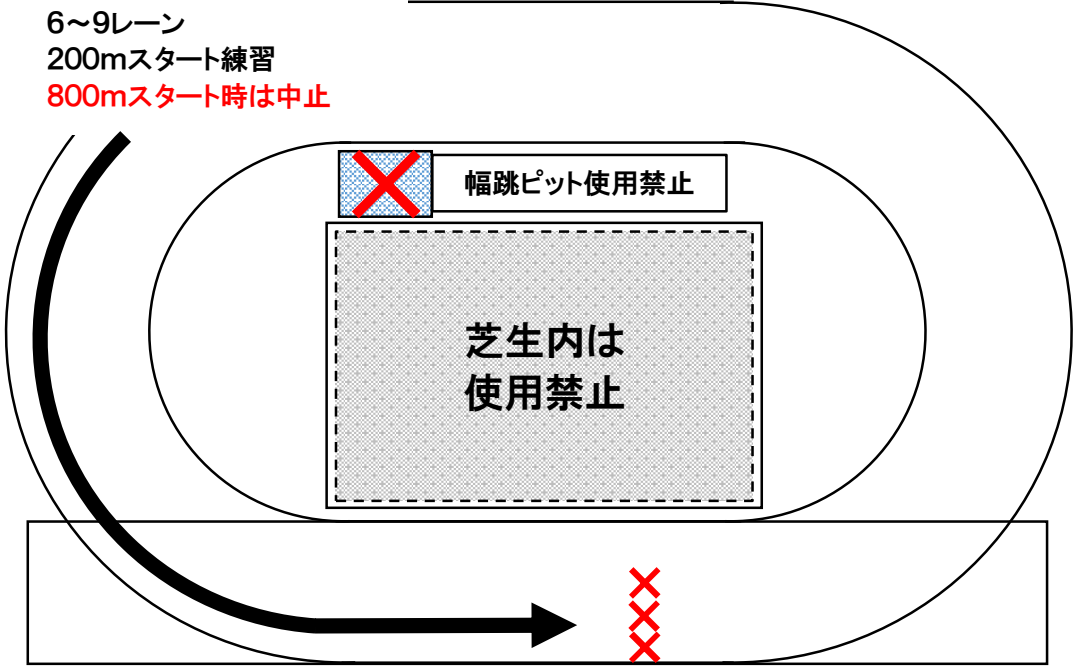
ジョグ(含バトンパス)は9レーンの外側で実施

三段跳 競技中

9月15日(日)
【14:20~14:40】
・男女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



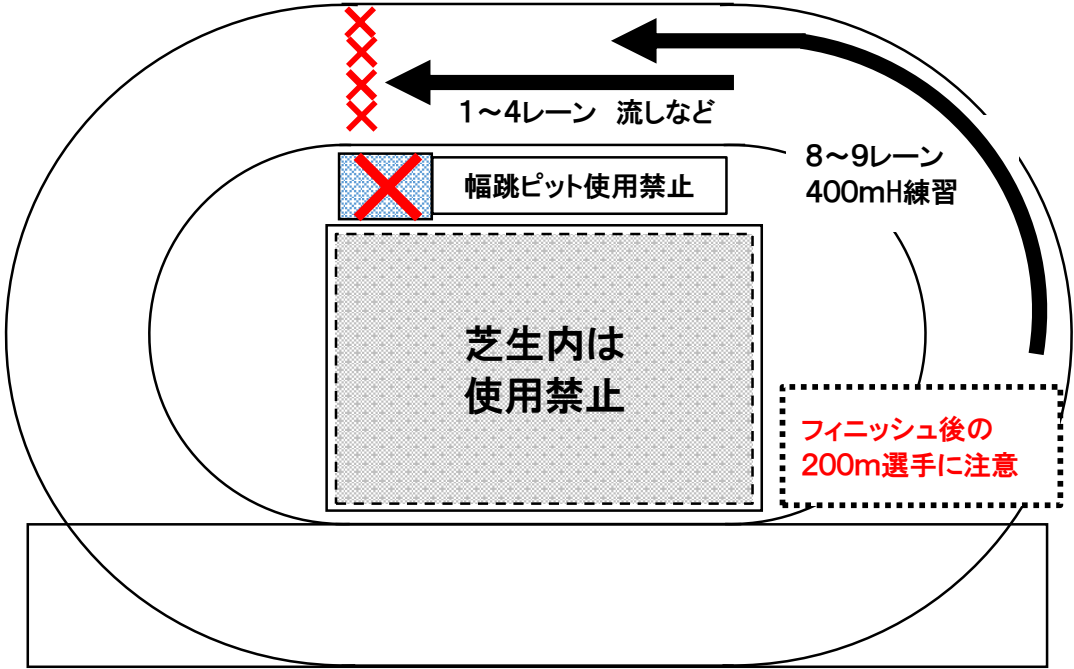
ジョグ(含バトンパス)は9レーンの外側で実施

三段跳 競技中

9月15日(日)
【14:40~15:00】
・男女200m

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



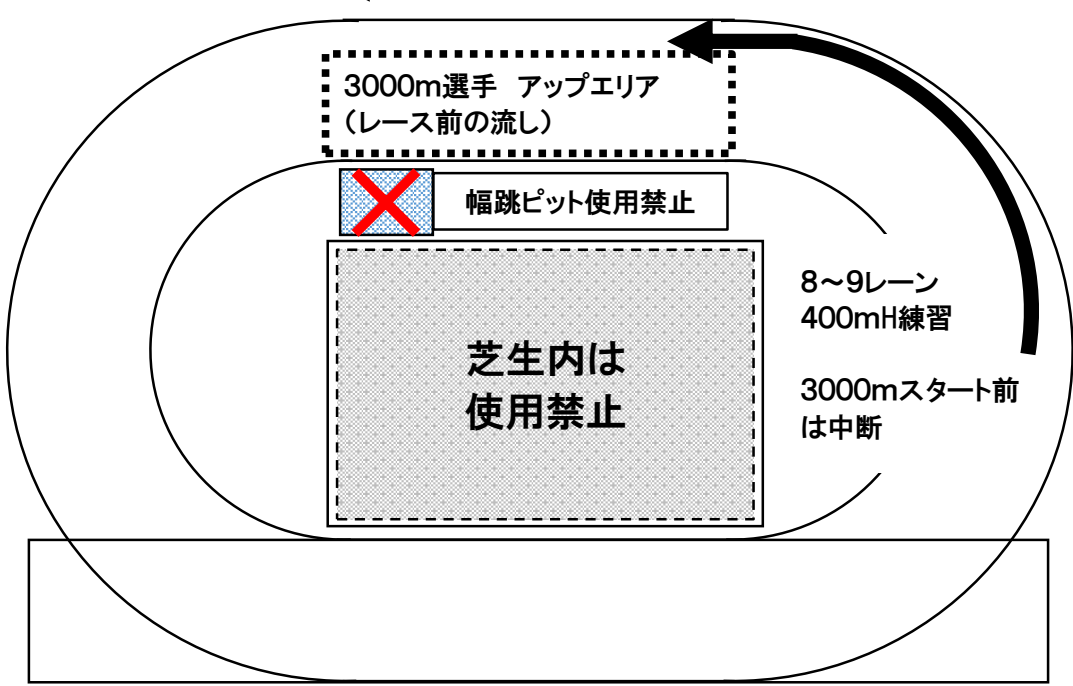
ジョグ(含バトンパス)は9レーンの外側で実施

三段跳 競技中

9月15日(日)
【15:00~15:20】
・女子3000m

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



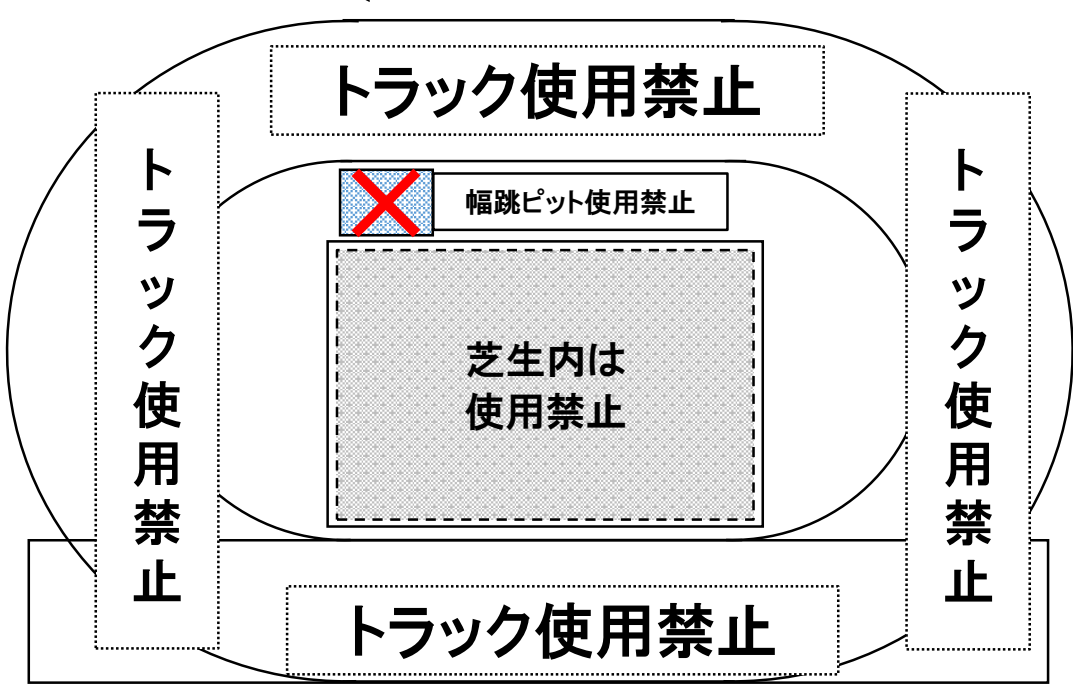
ジョグ(含バトンパス)は9レーンの外側で実施

三段跳 競技中

9月15日(日)
【15:20~15:50】
・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



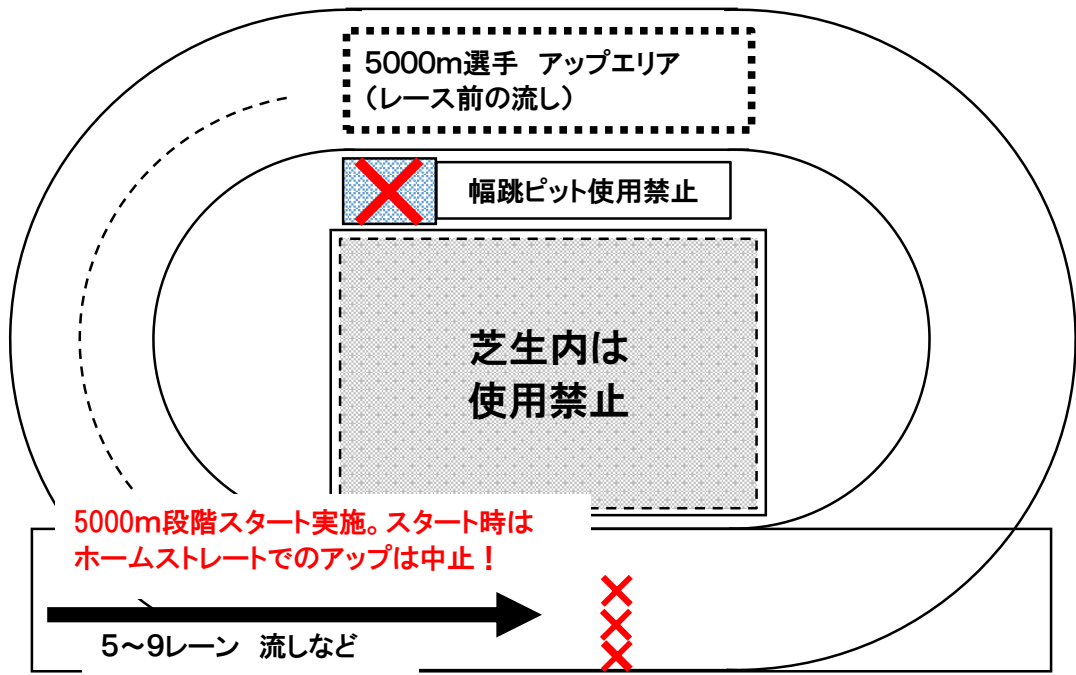
ジョグ(含バトンパス)は9レーンの外側で実施

幅跳ピット使用禁止

9月15日(日)
【15:50~16:20】
・男子5000m

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



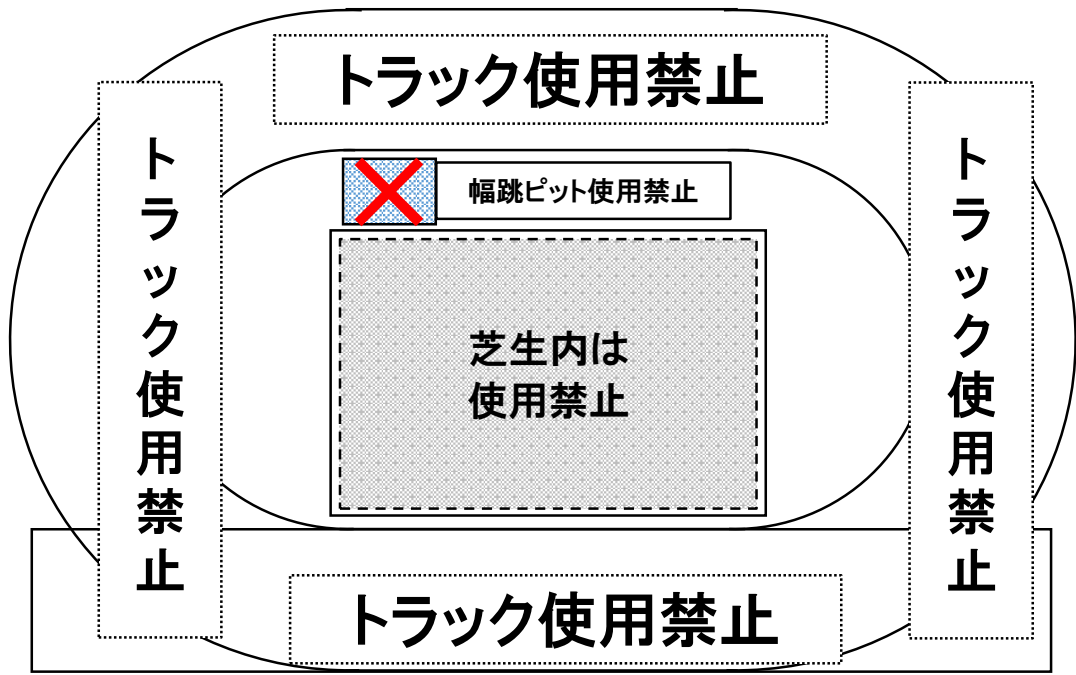
ジョグ(含バトンパス)は9レーンの外側で実施

幅跳ピット使用禁止

9月15日(日)
【16:20~17:00】
・男女1600mR

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