

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 10月26日(土)

No	競技開始時刻		性別	種目	支部	ラウンド	組・着・+	招集完了時刻	
	時	刻						時	刻
1	9:00	女	4×100mR	南部	予選	1組 TR	8:45		
				中部	予選	1組 TR			
2	9:15	男	4×100mR	南部	予選	2組 TR	9:00		
				中部	予選	2組 TR			
				北部	予選	1組 TR			
3	9:40	男女	3000mW	中部	決勝		9:25		
4	10:20	女	300mH	南部	予選	1組 TR	10:05		
				中部	予選	1組 TR			
				北部	予選	1組 TR			
5	10:40	男	300mH	南部	予選	1組 TR	10:25		
				中部	予選	1組 TR			
				北部	予選	1組 TR			
6	11:05	女	100m	南部	予選	5組 TR	10:50		
				中部	予選	5組 TR	10:55		
				北部	予選	2組 TR	11:00		
7	11:45	男	100m	南部	予選	9組 TR	11:30		
				中部	予選	13組 TR	11:35		
				北部	予選	5組 TR	11:40		
8	13:15	男	1500m	南部	予選	2組 TR	13:00		
				中部	予選	2組 TR	13:05		
				北部	予選	1組 TR	13:15		
9	14:00	女	300mH	全支部	決勝		13:45		
10	14:10	男	300mH	全支部	決勝		13:55		
11	14:30	女	100m	全支部	決勝		14:15		
12	14:35	男	100m	全支部	決勝		14:20		
13	14:40	女	1500m	南・北部	決勝	1組 TR	14:25		
				中部	決勝	1組 TR			
14	15:00	女	4×100mR	全支部	決勝		14:45		
15	15:10	男	4×100mR	全支部	決勝		14:55		

◆ 跳躍競技 ◆

No	競技開始時刻		性別	種目	支部	ラウンド	ピット	招集完了時刻	
	時	刻						時	刻
1	9:00	女	棒高跳	南・中・北	決勝			8:20	
2	10:00	女	走幅跳	南・中・北	決勝	A・B		9:30	
3	10:00	男	走高跳	南・中・北	決勝	B		9:30	
4	11:00	男	棒高跳	中・北部	決勝			10:00	
5	13:30	男	走幅跳	南・中・北	決勝	A・B		13:00	

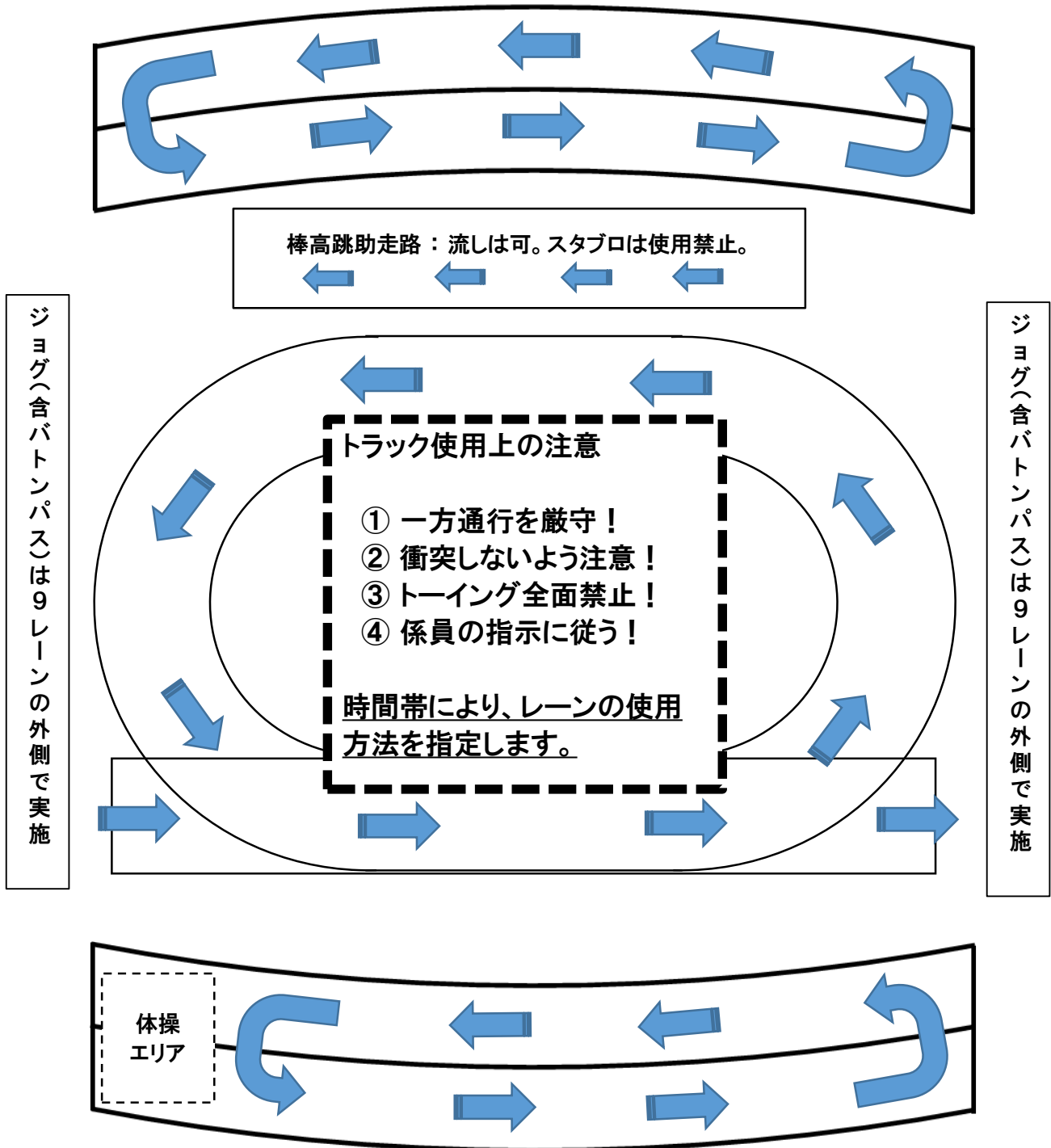
◆ 投てき競技 ◆

No	競技開始時刻		性別	種目	支部	ラウンド	ピット	招集完了時刻	
	時	刻						時	刻
1	10:00	男	円盤投	南・中・北	決勝			9:30	
2	12:00	女	円盤投	南・中・北	決勝			11:30	
3	14:00	男女	ハンマー投	南・中・北	決勝			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。

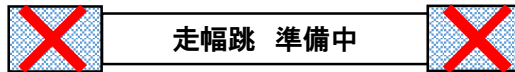
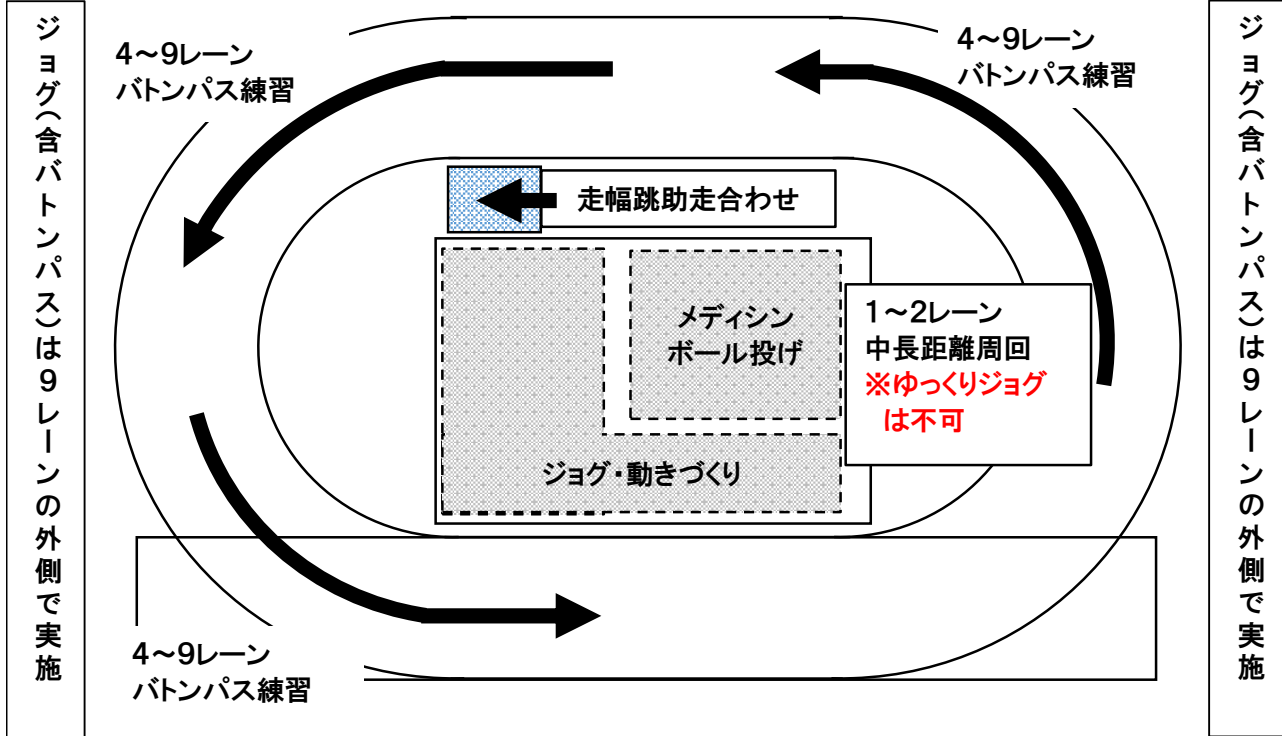


メインスタンド下の雨天走路使用上の注意

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。

10月26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。

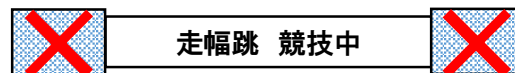
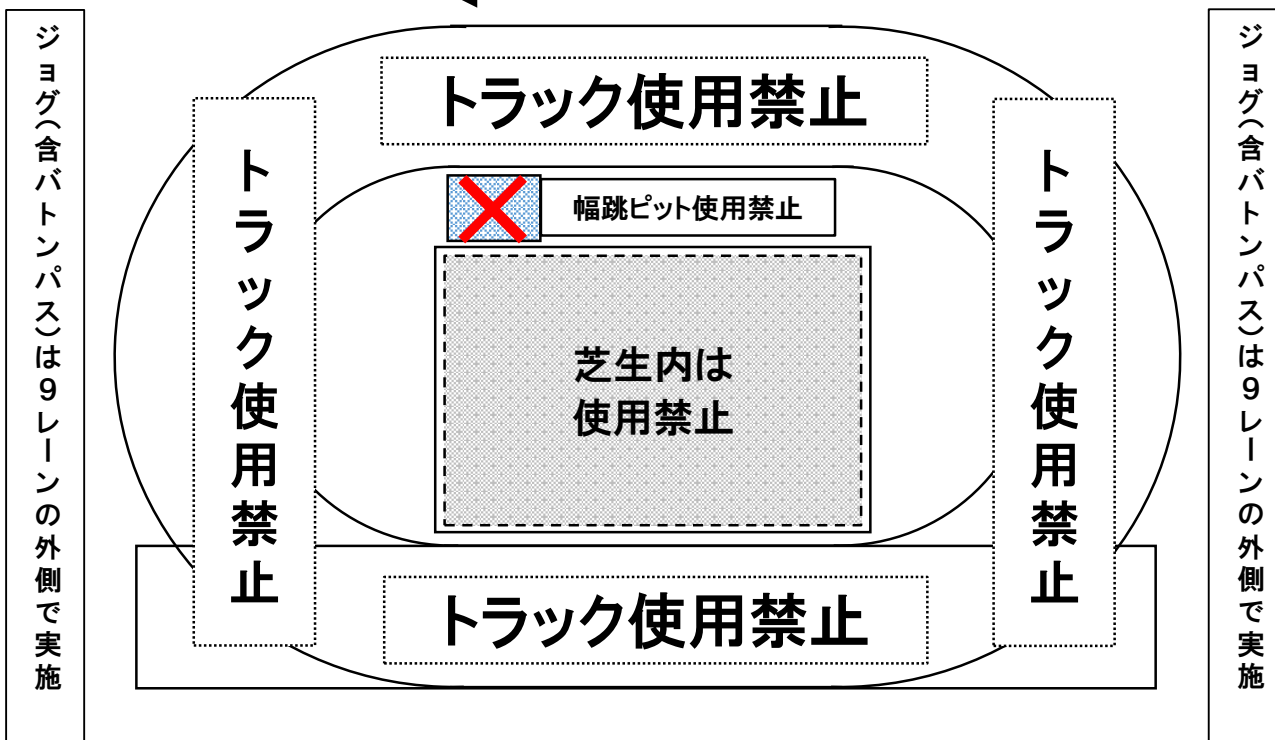


走幅跳 準備中

幅跳ピットは準備完了後
練習場として解放

10月26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。

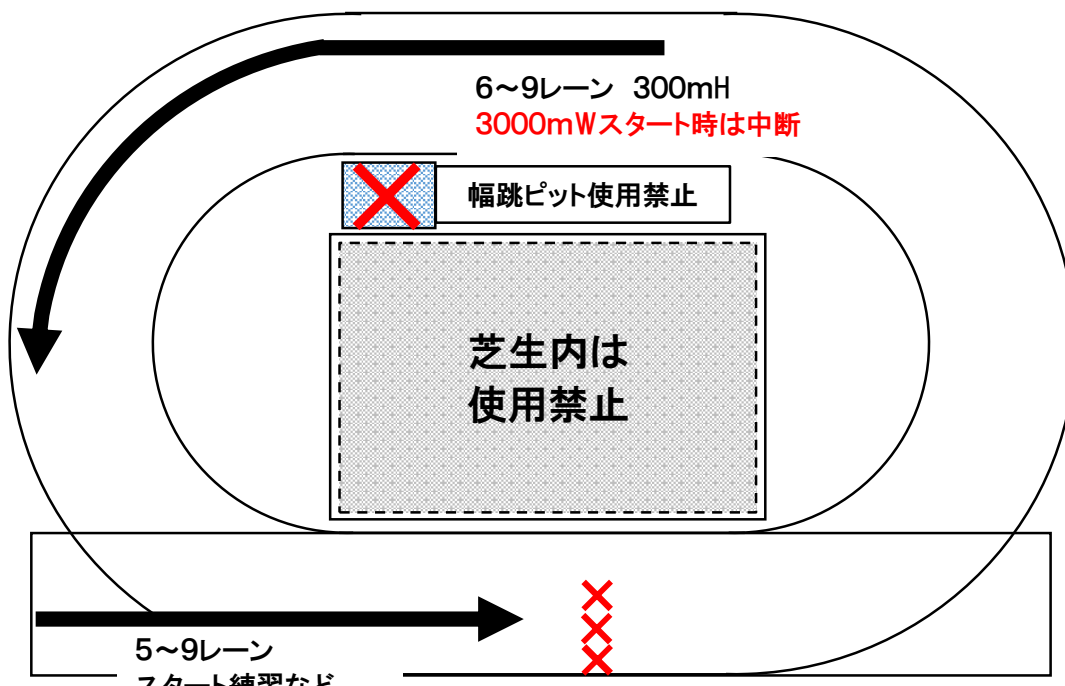


走幅跳 競技中

10月26日(土)
【9:30~10:10】
・男女3000mW

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



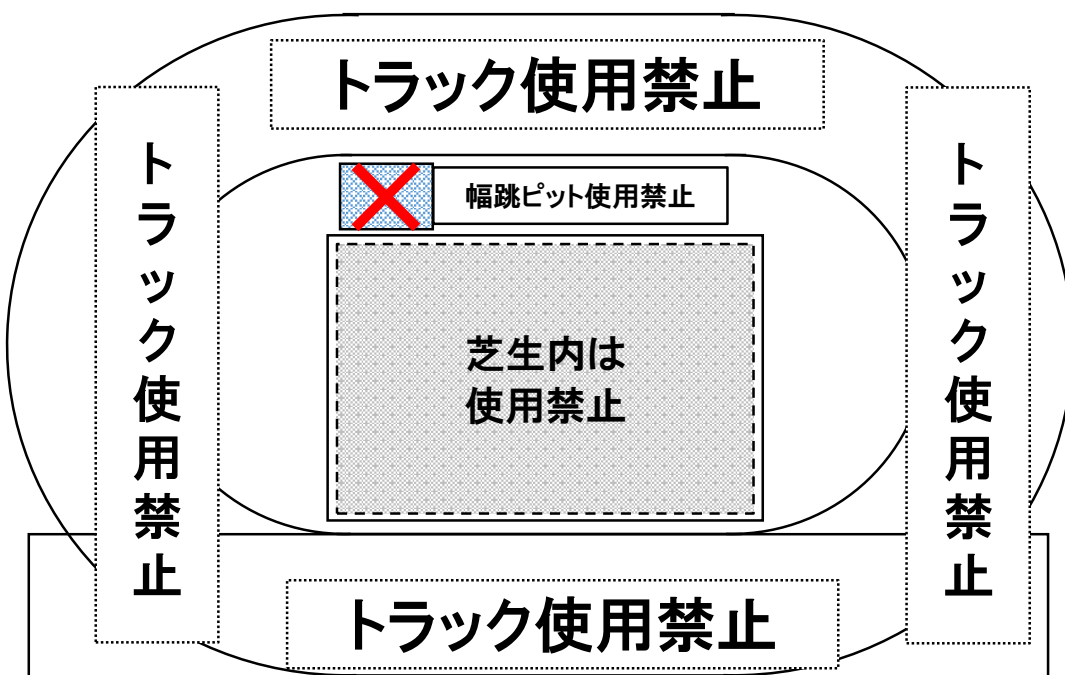
ジョグ(含バトンパス)は9レーンの外側で実施

走幅跳 競技中

10月26日(土)
【10:10~11:00】
・男女300mH

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



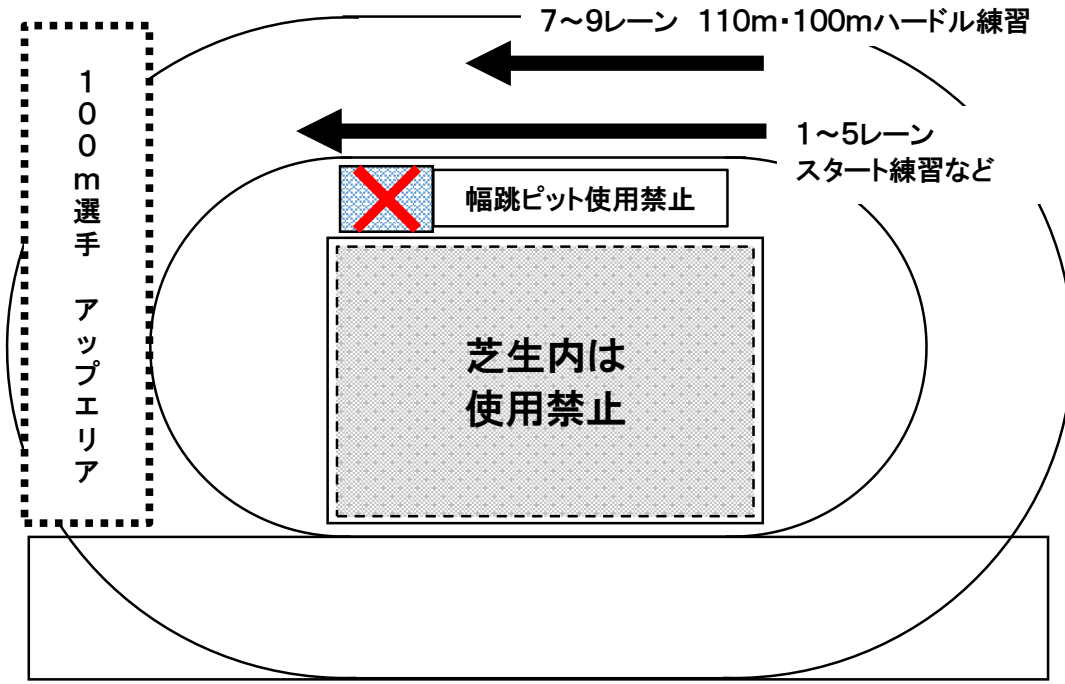
ジョグ(含バトンパス)は9レーンの外側で実施

走幅跳 競技中

10月26日(土)
【11:00~13:10】
・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



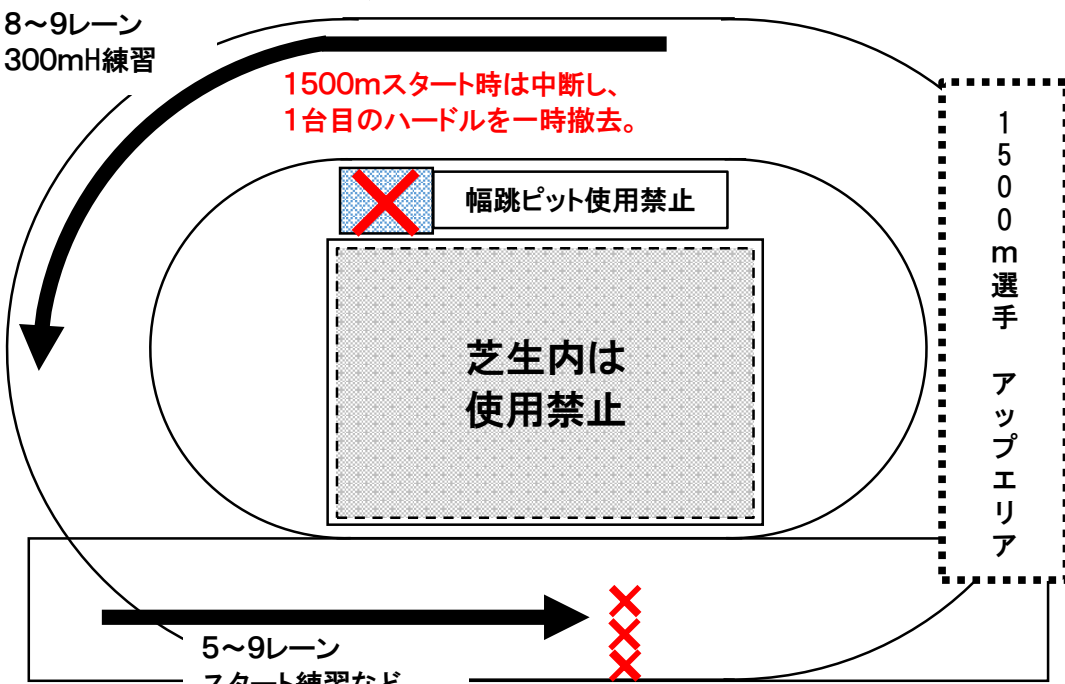
ジョグ(含バトンパス)は9レーンの外側で実施

走幅跳 競技中

10月26日(土)
【13:10~13:50】
・男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



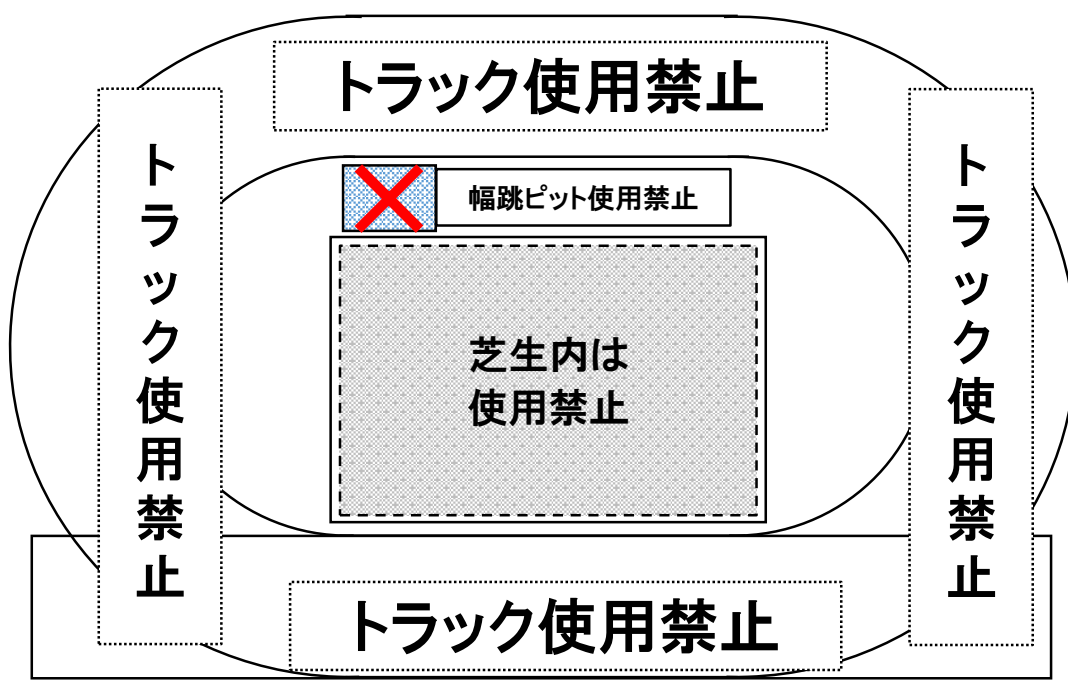
ジョグ(含バトンパス)は9レーンの外側で実施

走幅跳 競技中

10月26日(土)
【13:50~14:20】
・男女300mH

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



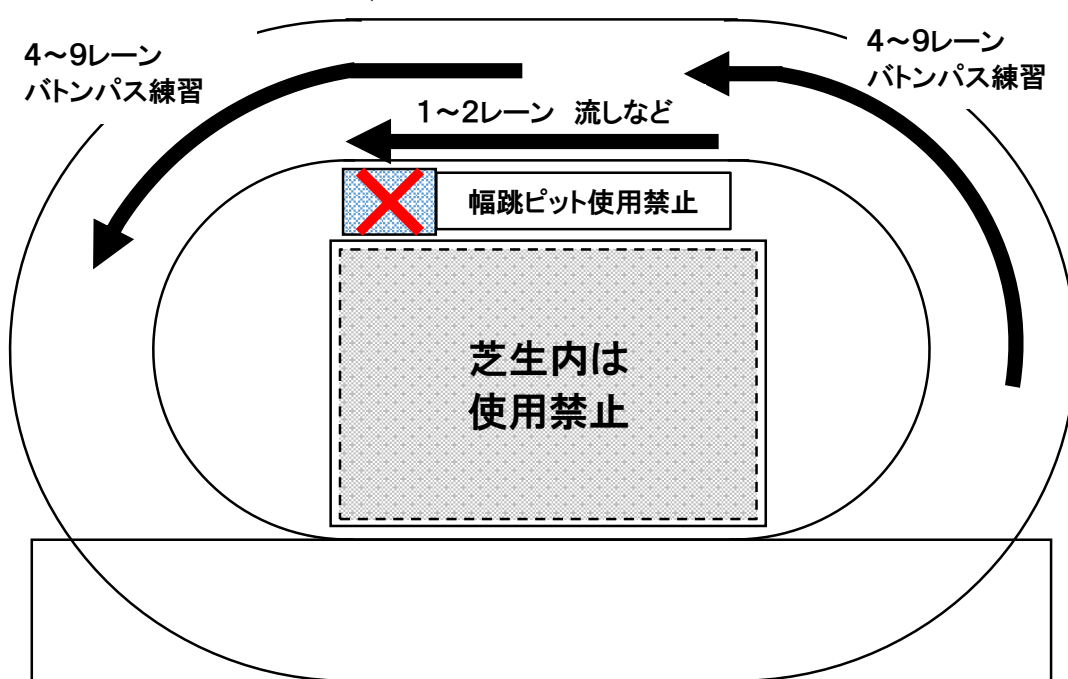
ジョグ(含バトンパス)は9レーンの外側で実施

走幅跳 競技中

10月26日(土)
【14:20~14:40】
・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

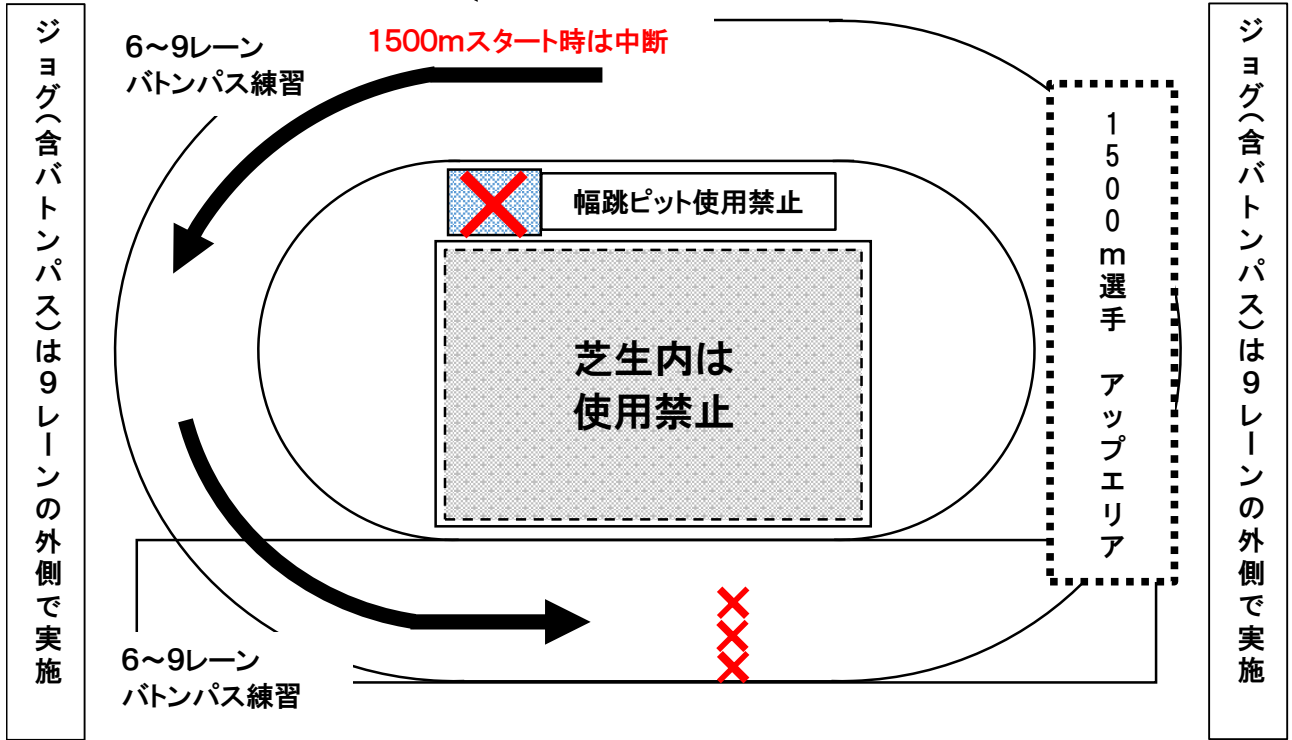


ジョグ(含バトンパス)は9レーンの外側で実施

走幅跳 競技中

10月26日(土)
【14:40~14:50】
・女1500m

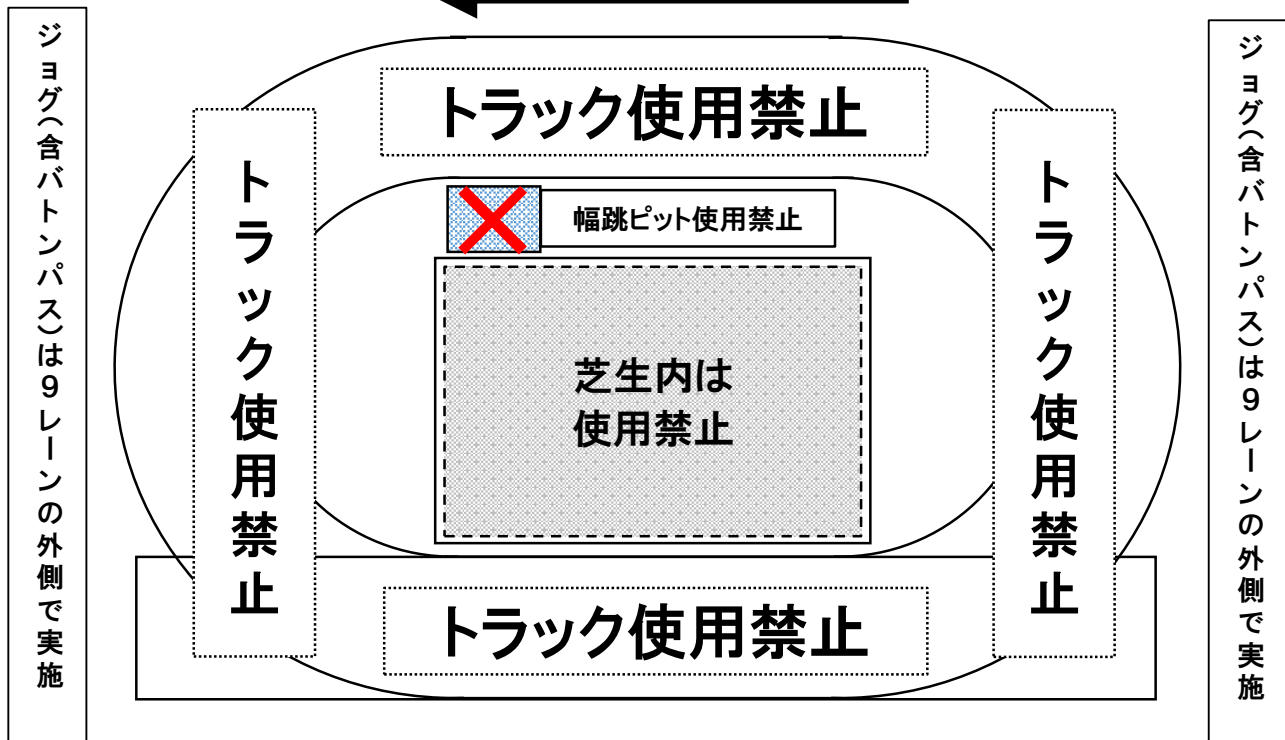
棒高跳助走路：流しは可。スタブロは使用禁止。



走幅跳 競技中

10月26日(土)
【14:50~15:20】
・男女400mR

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

2日目 10月27日(日)

No	競技開始時刻	性別	種目	支部	ラウンド	組・着・+	招集完了時刻	
1	9:00	女	4×400mR	南部	予選	1組	8:45	
				中部	予選	1組		
2	9:10	男	4×400mR	南部	予選	1組	8:55	
				中部	予選	1組		
				北部	予選	1組		
3	9:30	女	3000m	全支部	決勝		9:15	
4	10:00	女	2000mSC	中部	決勝		9:45	
5	10:25	男	2000mSC	中・南部	決勝		10:10	
6	10:50	女	300m	南部	予選	3組 TR	10:35	
				中部	予選	2組 TR		
				北部	予選	1組 TR		
7	11:15	男	300m	南部	予選	5組 TR	11:00	
				中部	予選	6組 TR		
				北部	予選	3組 TR		
8	12:00	女	100mH	南部	予選	1組 TR	11:45	
				中部	予選	1組 TR		
				北部	予選	1組 TR		
9	12:20	男	110mH	南部	予選	1組 TR	12:05	
				中部	予選	1組 TR		
				北部	予選	1組 TR		
10	12:45	女	800m	南部	予選	1組 TR	12:30	
				中部	予選	1組 TR		
				北部	予選	1組 TR		
11	13:00	男	800m	南部	予選	3組 TR	12:45	
				中部	予選	2組 TR		
				北部	予選	1組 TR		
12	13:45	女	100mH	全支部	決勝		13:30	
13	13:55	男	110mH	全支部	決勝		13:40	
14	14:10	女	300m	全支部	決勝		13:55	
15	14:20	男	300m	全支部	決勝		14:05	
16	14:30	男	5000m	北・南部	決勝	1組 TR	14:15	
17	14:50	男	5000m	中部	決勝	2組 TR	14:35	1組
							14:50	2組
18	15:30	女	4×400mR	全支部	決勝		15:15	
19	15:40	男	4×400mR	全支部	決勝		15:25	

◆ 跳躍競技 ◆

No	競技開始時刻	性別	種目	支部	ラウンド	ピット	招集完了時刻	
1	10:00	女	走高跳	南・中・北	決勝	B	9:30	
2	10:00	男	三段跳	南・中・北	決勝	A	9:30	
3	13:00	女	三段跳	南・中・北	決勝	A	12:30	

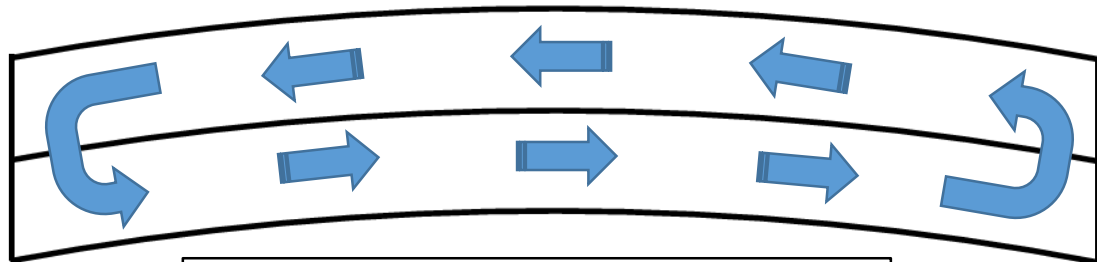
◆ 投てき競技 ◆

No	競技開始時刻	性別	種目	支部	ラウンド	ピット	招集完了時刻	
1	10:00	男	やり投	南・中・北	決勝	B	9:30	
2	10:00	女	砲丸投	南部	決勝	A	9:30	
3	13:30	男	砲丸投	南・中・北	決勝	A	13:00	
4	13:30	女	やり投	南・中・北	決勝	B	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

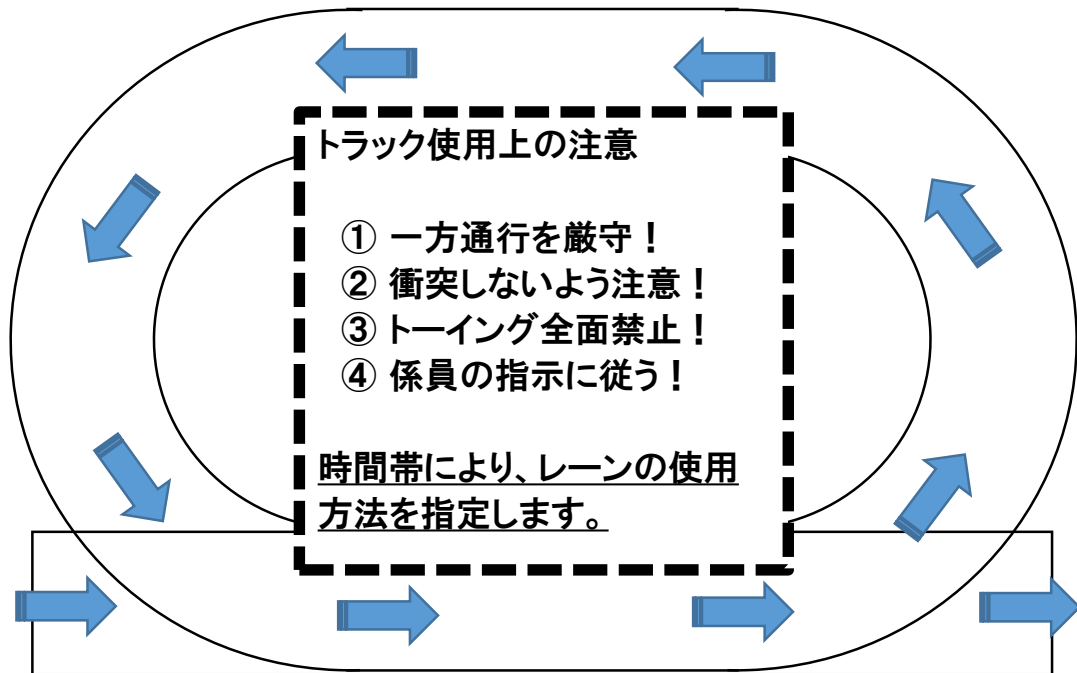
一方通行で使用。選手同士でぶつからないよう、安全確認・声かけを！
待機場所としての使用は禁止。ミニハードルなどの設置も禁止。



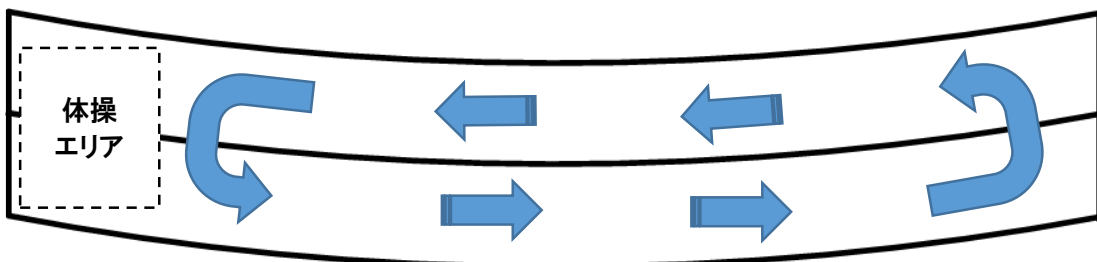
棒高跳助走路：流しは可。スタプロは使用禁止。



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。

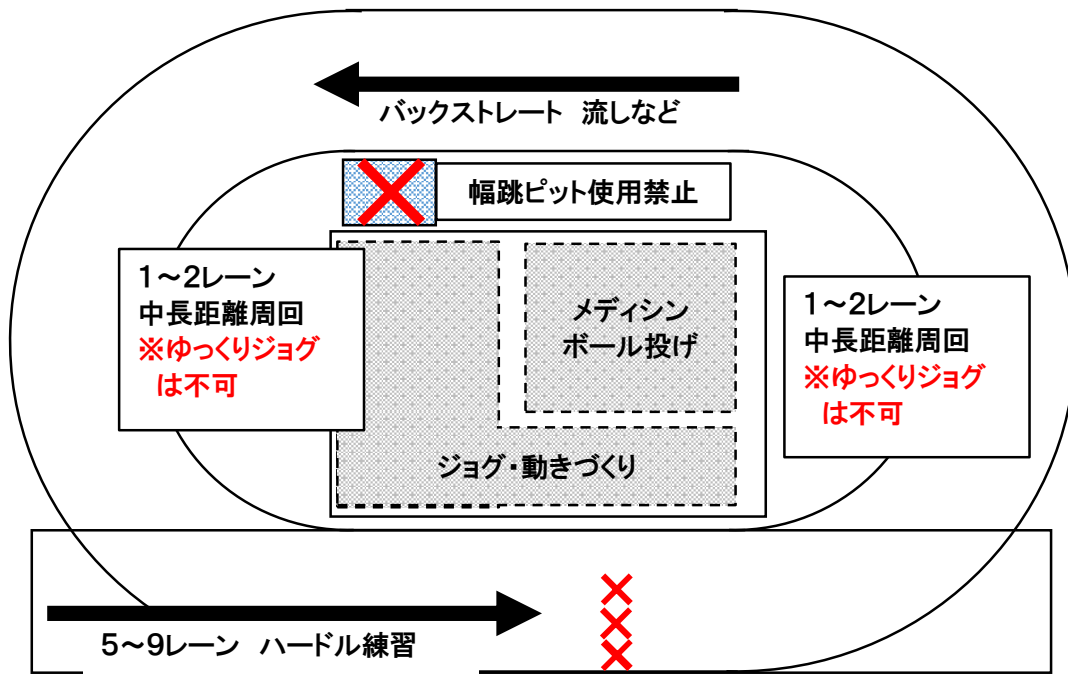
10月27日(日)

【7:30~8:50】

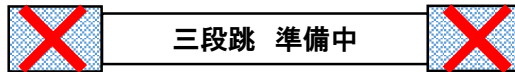
競技開始前

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



幅跳ピットは準備完了後練習場として解放

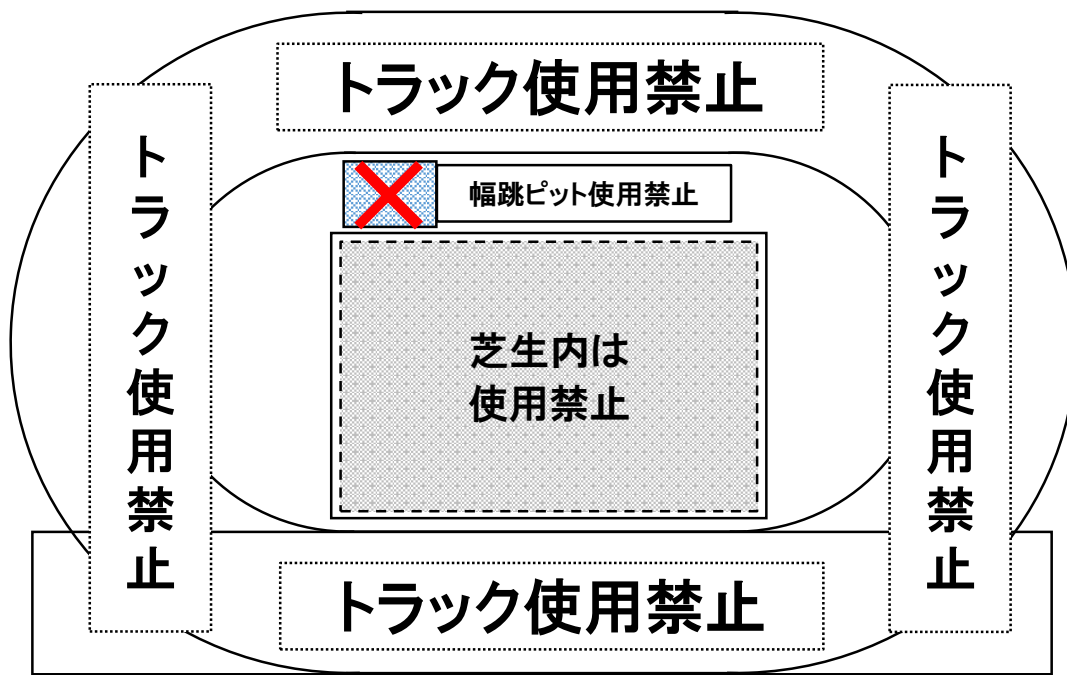
10月27日(日)

【8:50~9:20】

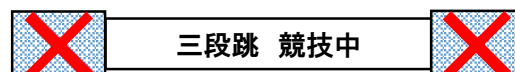
・男女1600mR

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



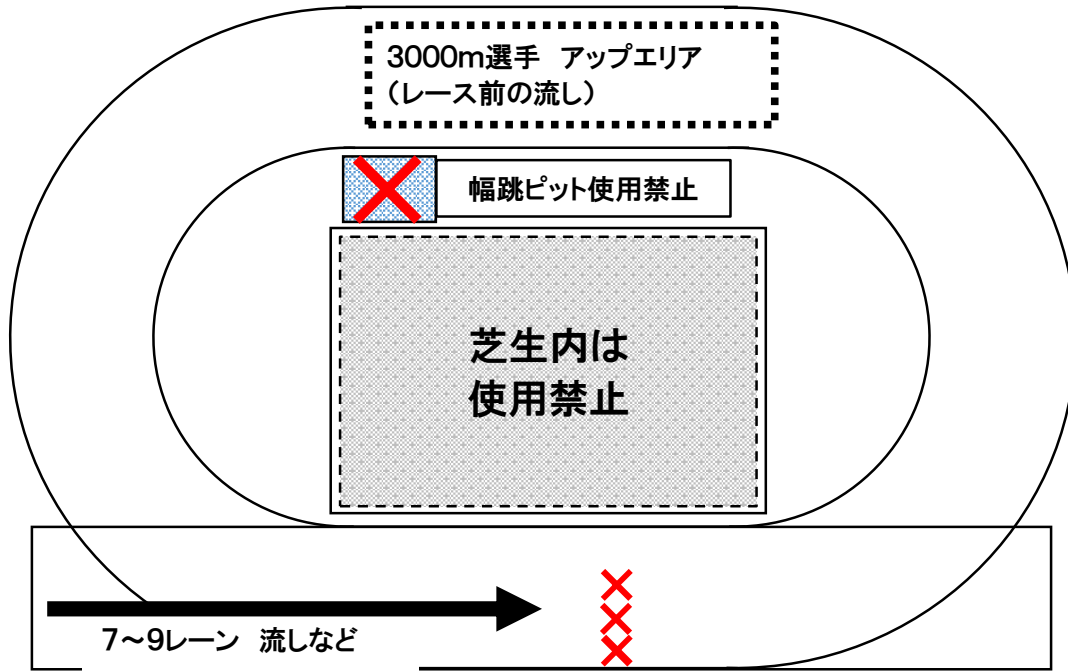
ジョグ(含バトンパス)は9レーンの外側で実施



10月27日(日)
【9:20~10:00】
・女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



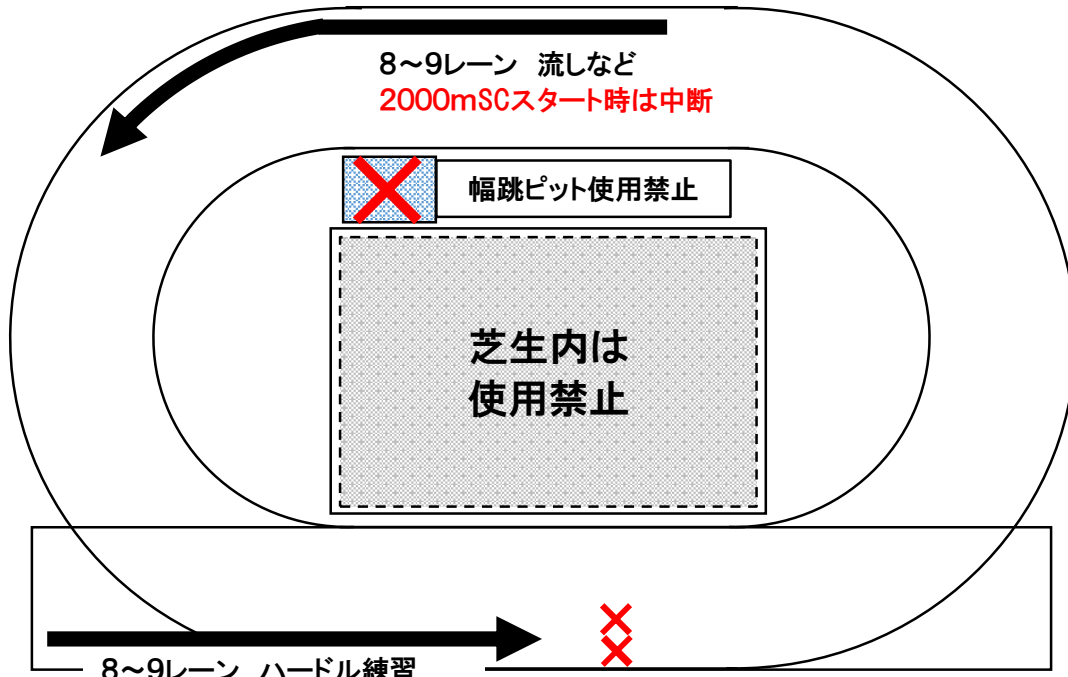
ジョグ(含バトンパス)は9レーンの外側で実施

三段跳 競技中

10月27日(日)
【10:00~10:40】
・男女2000mSC

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

10月27日(日)
【10:40~11:50】
・男女300m

棒高跳助走路：流しは可。スタブロは使用禁止。

トラック使用禁止

トラック使用禁止

トラック使用禁止



幅跳ピット使用禁止

芝生内は
使用禁止

トラック使用禁止

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



10月27日(日)
【11:50~12:40】
・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。

8~9レーン ハードル練習

1~6レーン
流しなど



幅跳ピット使用禁止

芝生内は
使用禁止

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

ジョグ(含バトンパス)は9レーンの外側で実施



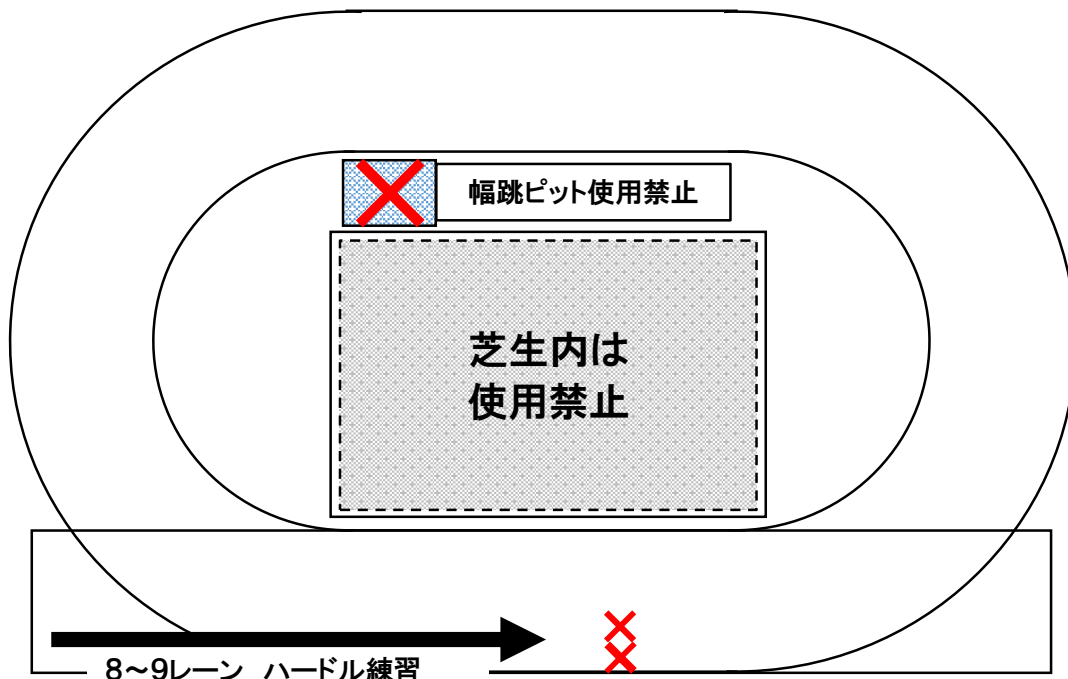
三段跳 競技中



10月27日(日)
【12:40~13:30】
・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



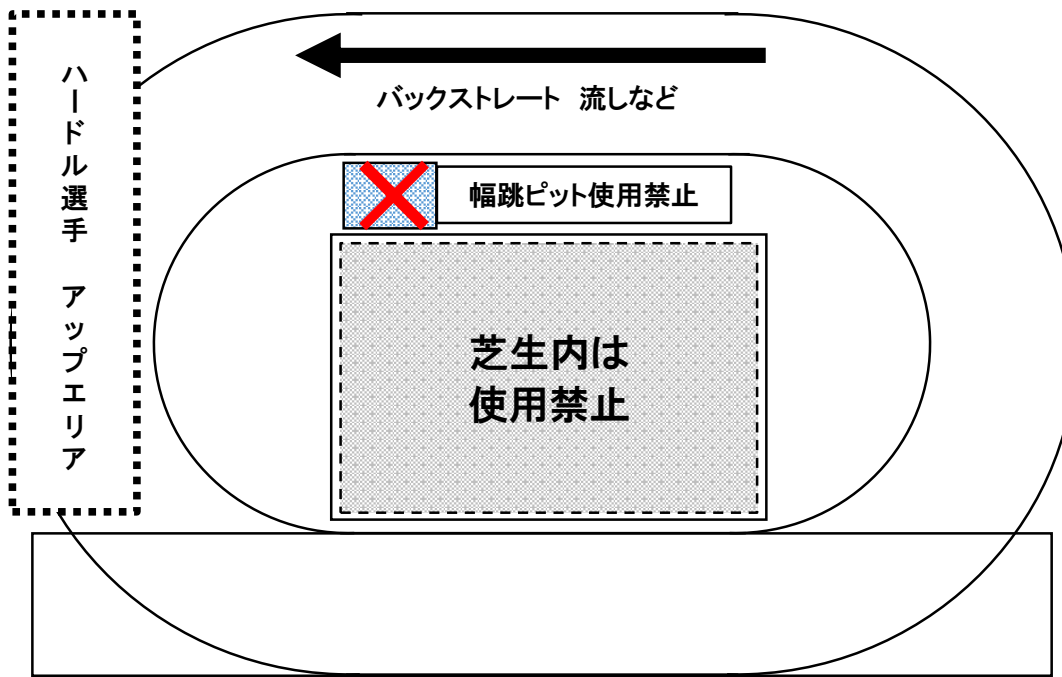
ジョグ(含バトンパス)は9レーンの外側で実施

三段跳 競技中

10月27日(日)
【13:30~14:00】
・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



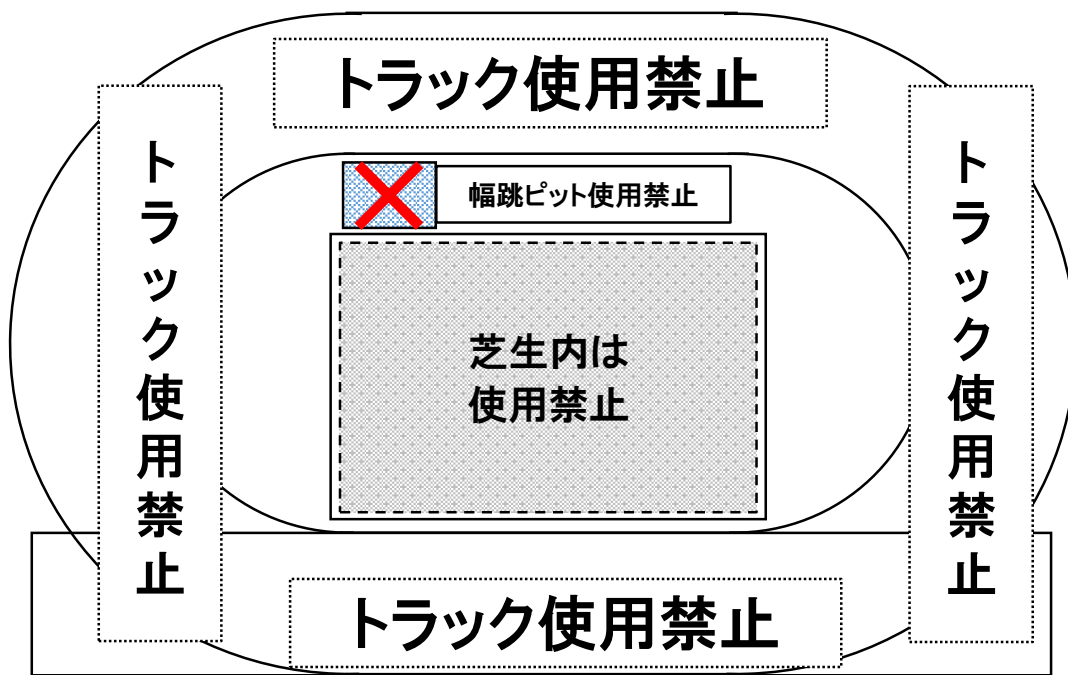
ジョグ(含バトンパス)は9レーンの外側で実施

三段跳 競技中

10月27日(日)
【14:00~14:30】
・男女300m

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



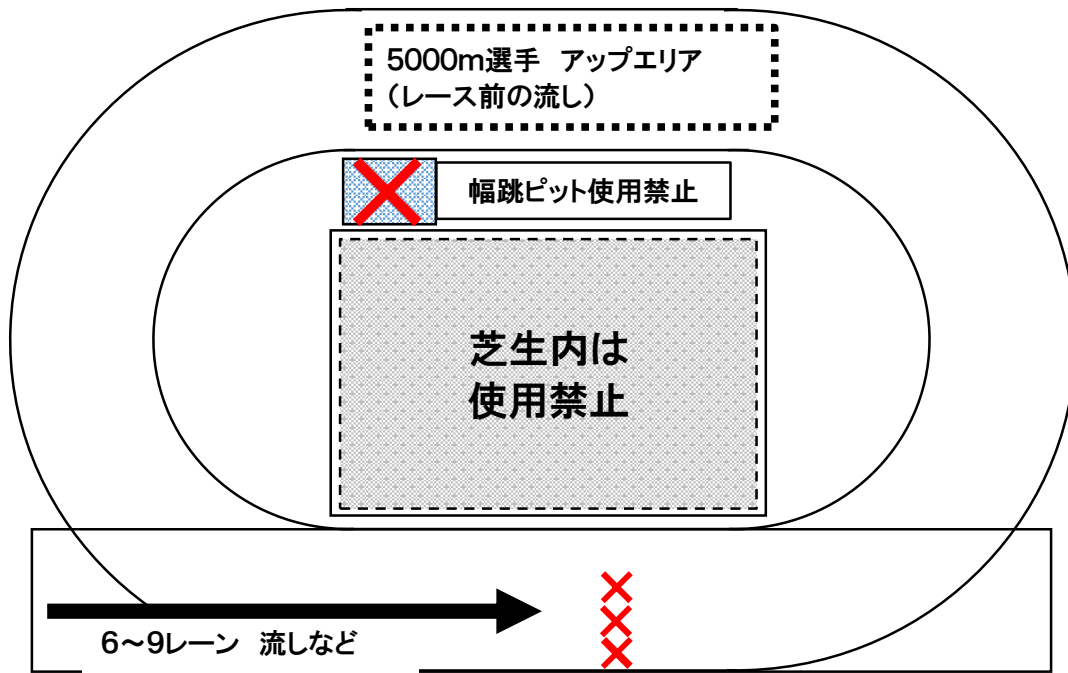
ジョグ(含バトンパス)は9レーンの外側で実施

三段跳 競技中

10月27日(日)
【14:30~15:30】
・男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



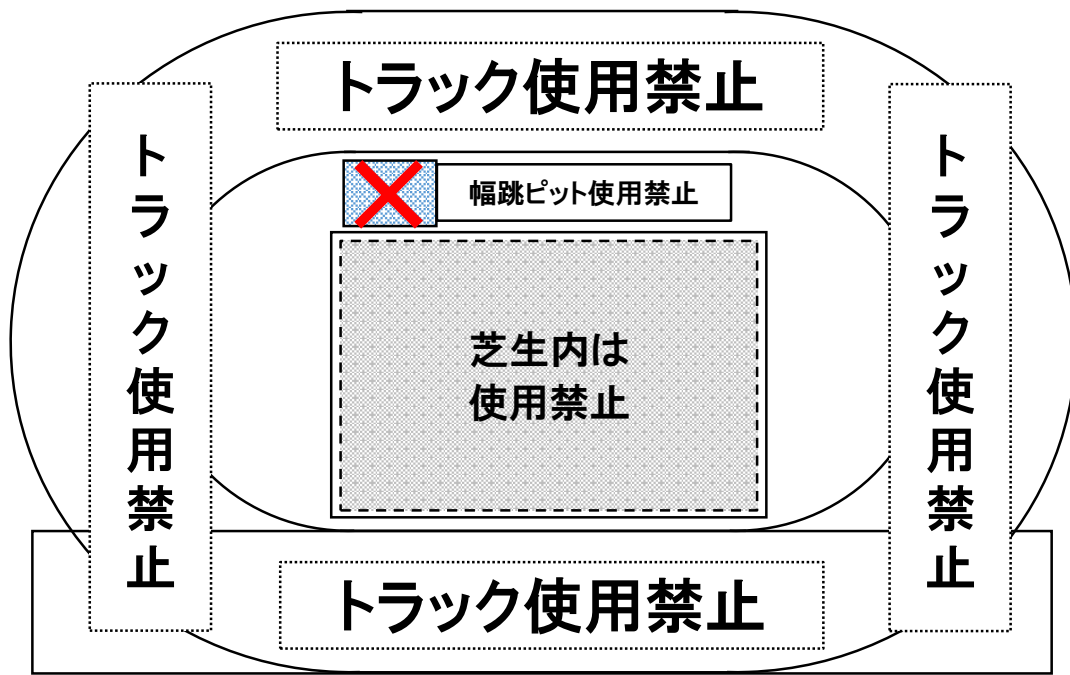
ジョグ(含バトンパス)は9レーンの外側で実施

三段跳 競技中

10月27日(日)
【15:30~15:50】
・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