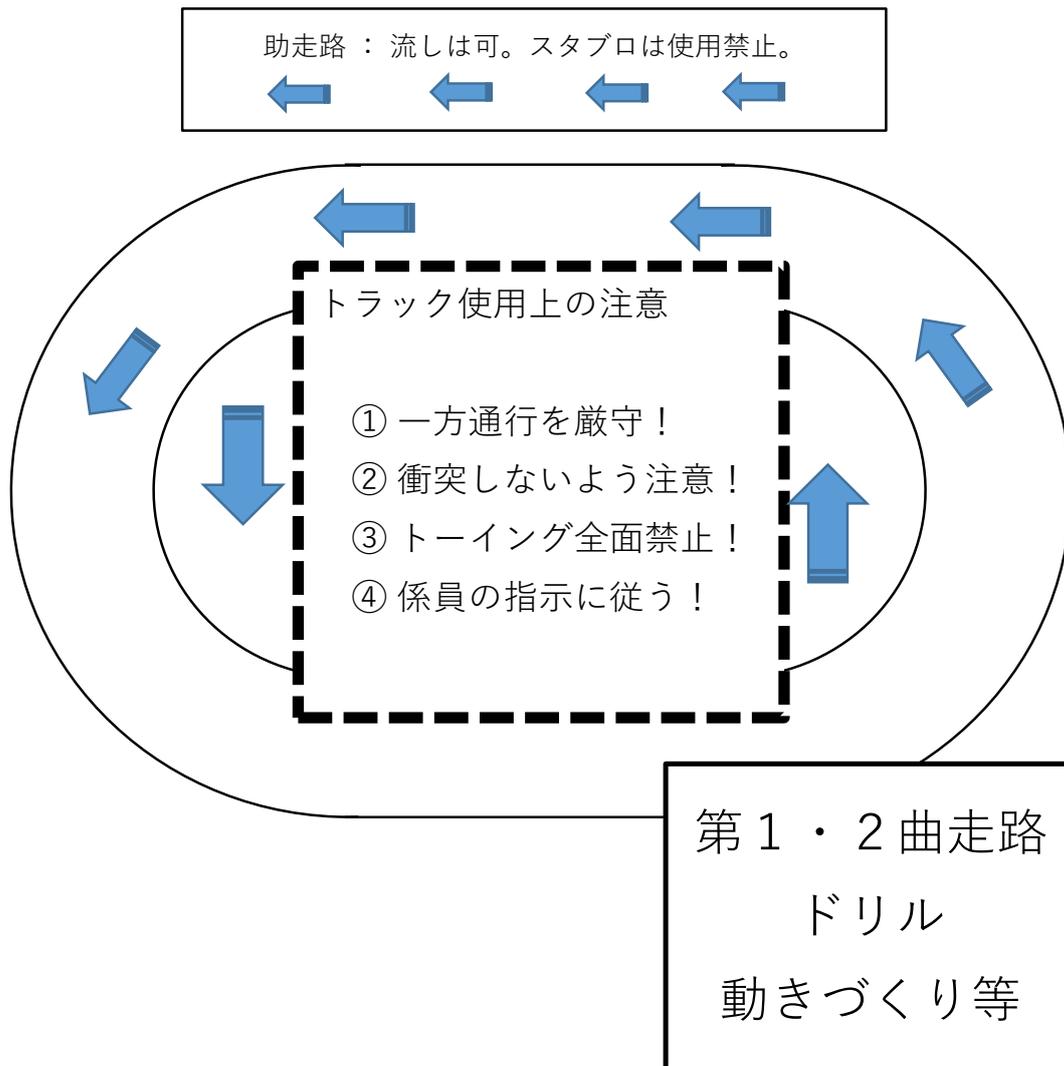


佐野市運動公園で競技会を開催するときの ウォーミングアップ場所について

1. ウォーミングアップは競技場内か多目的広場で行う。
※小学生は多目的広場で行う。(リレーは指定された時間に競技場内でウォーミングアップを行うことができる。)
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. 運動公園内道路やジョギングコース・通路は、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。
5. メインスタンド下の雨天走路をウォーミングアップ場として使用し、待機場所として使用することは禁止する。(雷など荒天時は、雨天走路を避難場所とする。)
6. 競技会に参加する各団体の待機場所は、多目的広場周辺の芝生および競技場内芝生スタンドに設置する。(参加団体同士、協力して使用する。)

陸上競技場内 ウォーミングアップエリア レイアウト



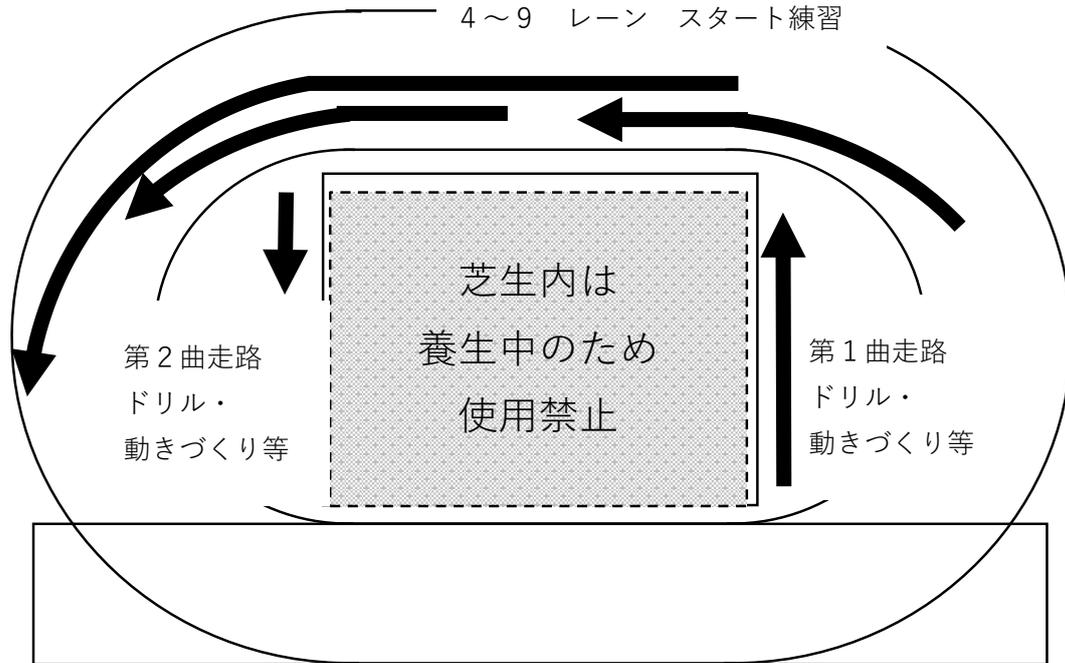
トラックの外側は ジョグ・ウォーク可

【7:30~11:00】

競技開始前～
100m

助走路：流しは可。スタブロは使用禁止。

- 1 レーン ジョグ
- 2～3 レーン 流し等
- 4～9 レーン スタート練習

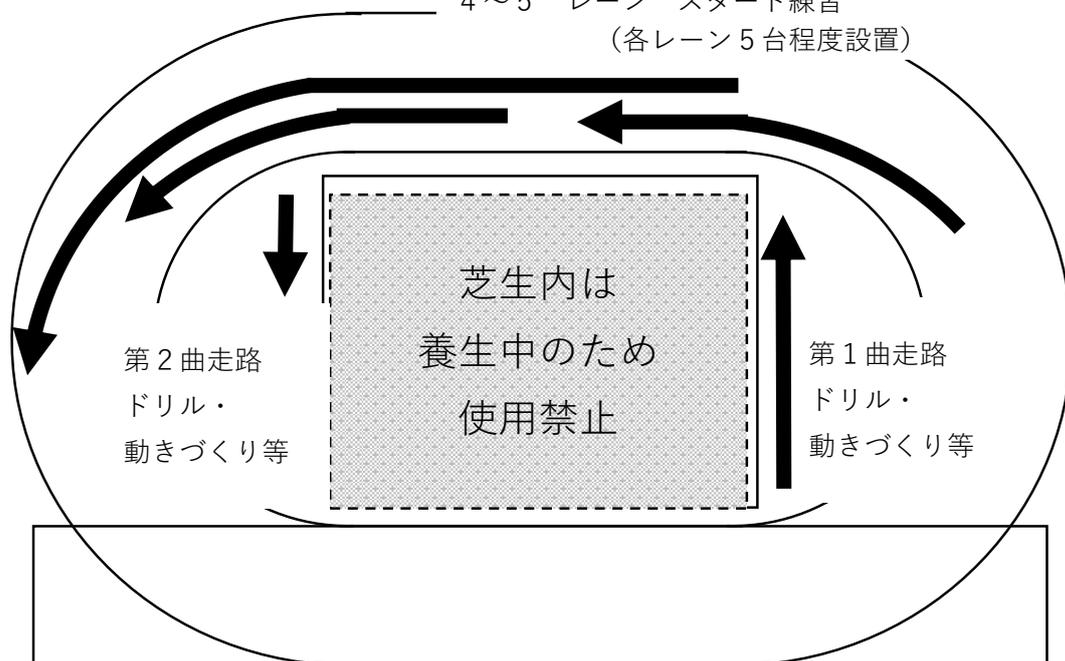


【11:00~12:30】

100m～400
m
開始前

助走路：流しは可。スタブロは使用禁止。

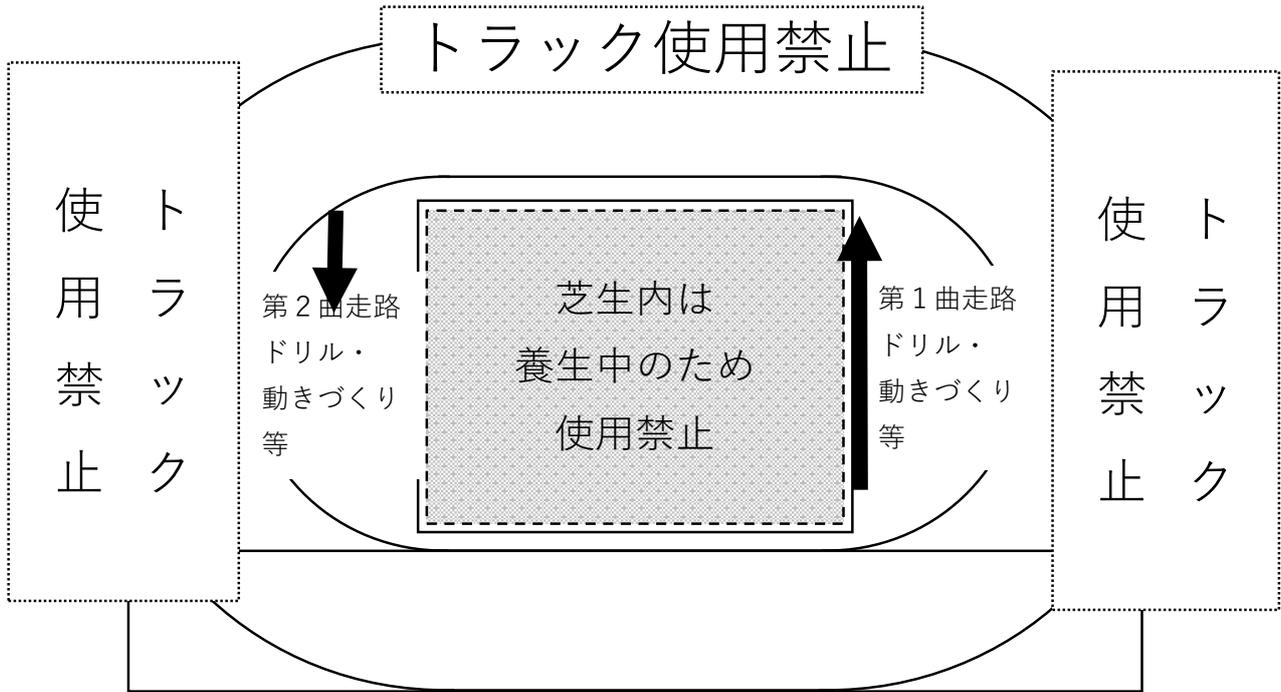
- 1 レーン ジョグ
- 2～3 レーン 流し等
- 4～5 レーン スタート練習
(各レーン5台程度設置)



【12:30~12:50】

・400m

助走路：流しは可。スタブロは使用禁止。

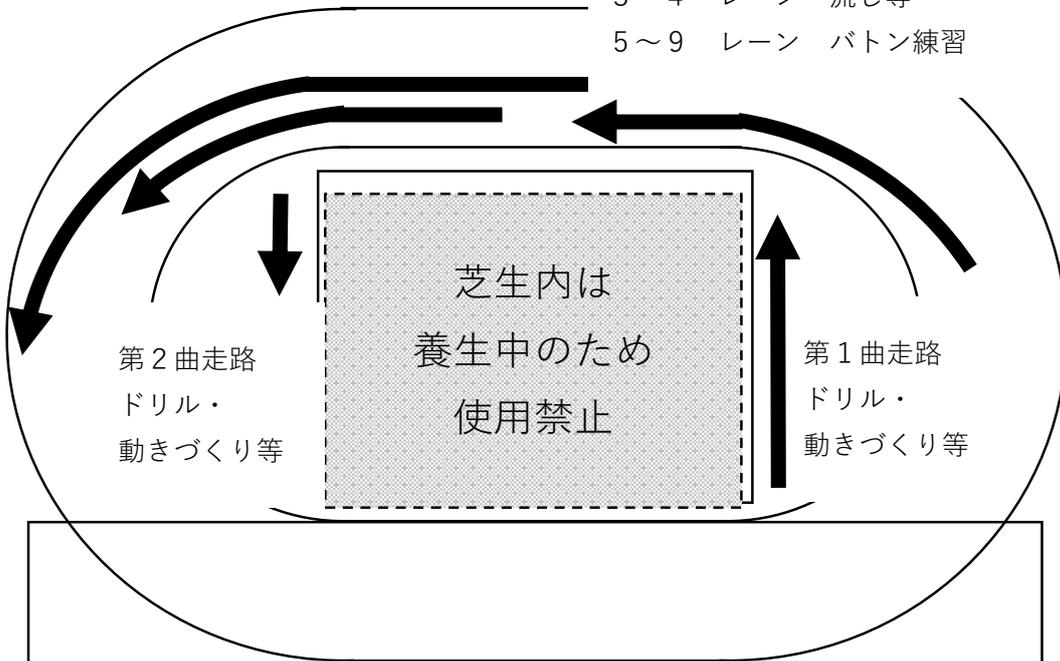


【12:50~13:30】

400m終了後
~100m

助走路：流しは可。スタブロは使用禁止。

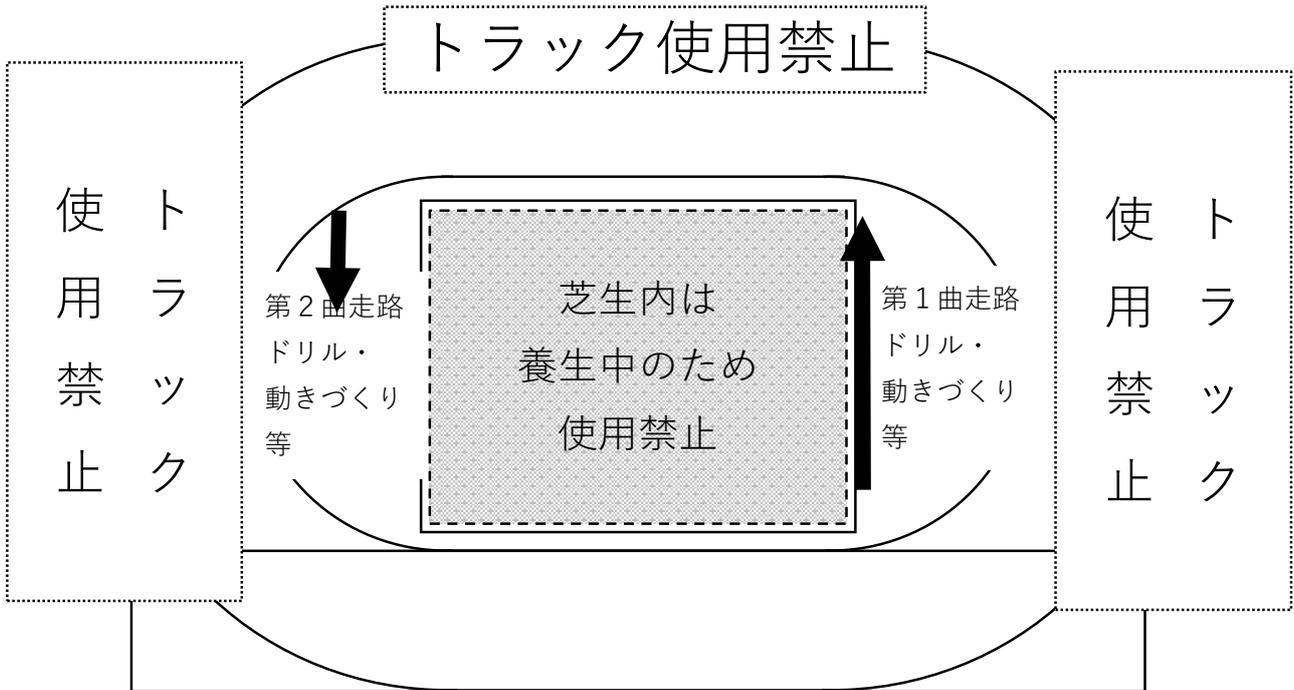
- 1~2 レーン ジョグ
- 3~4 レーン 流し等
- 5~9 レーン バトン練習



【13:30~14:00】

・小中学生リレー

助走路：流しは可。スタブロは使用禁止。



【14:00~14:45】

・小中学生リレー終了後

助走路：流しは可。スタブロは使用禁止。

