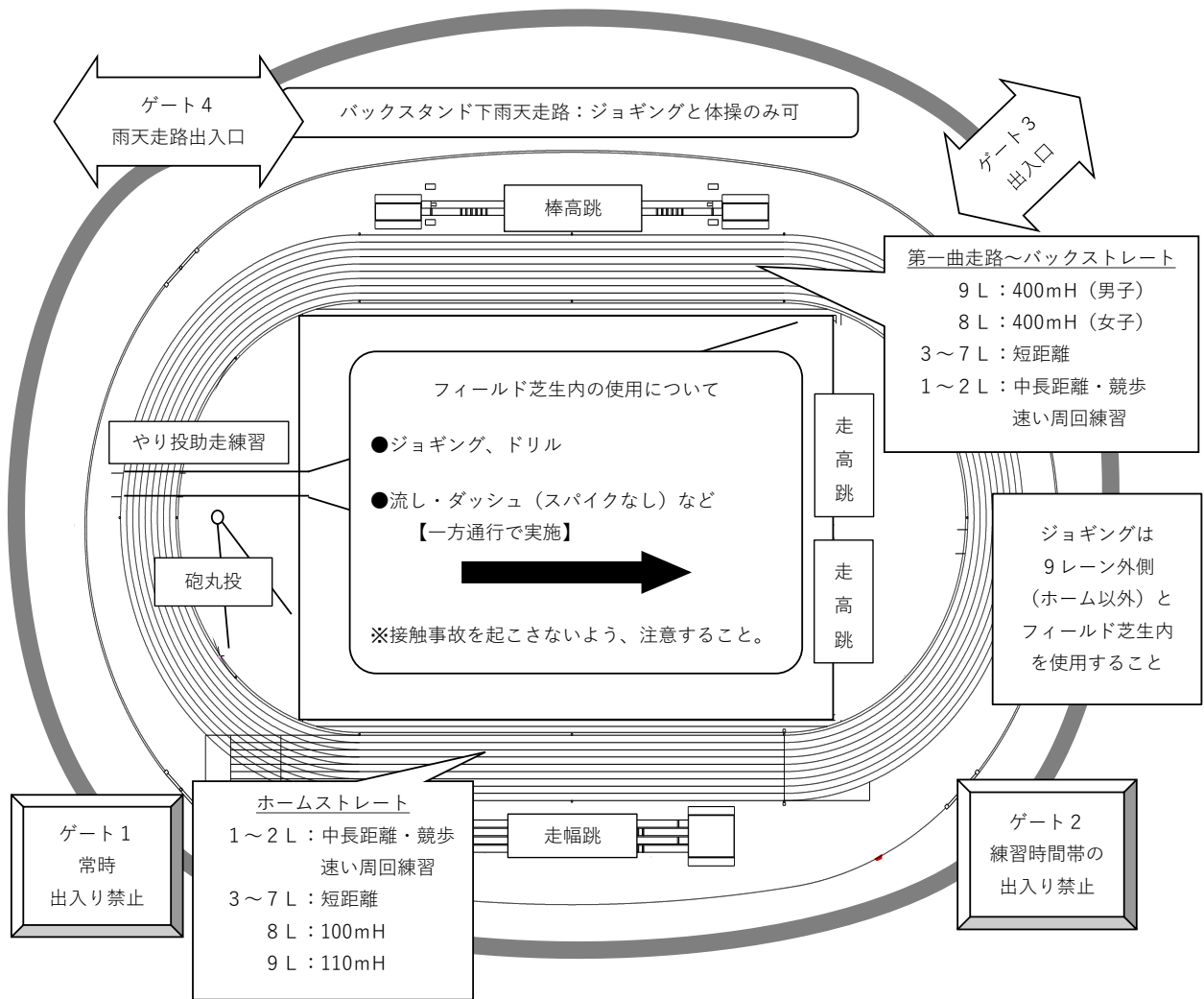


練習会場使用日程

	カンセキスタジアム	第2競技場	投てき場
16 日 (木)	トラック 11:00～16:30 走高跳(男女) 11:00～16:30 走幅跳 A B 11:00～16:30 棒高跳(女) 11:00～13:45 棒高跳(男) 13:45～16:30 やり投(女)助走 11:00～16:30 砲丸投(男) 11:00～16:30	トラック 11:00～16:30 三段跳(女) A 11:00～16:30 三段跳(男) B 11:00～16:30	砲丸投(男) 11:00～16:30 ハンマー投(女) 11:00～14:00 やり投(女) 14:00～16:30 ※危険防止のため、投てき場内でのジョギングや流し、ダッシュ等は禁止する。
17 日 (金)	トラック 走高跳(女) 走幅跳(男) 棒高跳(南女) 7:30～ 8:30 砲丸投(八種) やり投(女)助走	トラック 7:30～17:30 棒高跳(南男) 7:30～11:50 走幅跳(男) 7:30～12:30 棒高跳(北女) 12:00～13:30 棒高跳(北男) 13:30～15:00	ハンマー投げ(女) 7:30～ 8:10 砲丸投(男女) 7:30～17:30 やり投(女) 8:10～ 8:50 円盤投(女) 15:00～17:30 ※危険防止のため、投てき場内でのジョギングや流し、ダッシュ等は禁止する。
18 日 (土)	トラック 棒高跳(北女) 走幅跳(女) 砲丸投(南男) 7:30～ 8:30 やり投(八種)助走	トラック 7:30～17:30 走高跳(八種) 7:30～ 9:00 棒高跳(北男) 7:30～11:40 走幅跳(女) 7:30～17:30 走高跳(男) 9:10～13:00 走高跳(七種) 13:10～17:00	円盤投(北女) 7:30～ 8:40 砲丸投(男女) 9:00～11:00 砲丸投(北男) 11:00～12:50 円盤投(南女) 12:00～12:40 ハンマー投(男) 16:00～16:45 やり投(男) 16:45～17:30 ※危険防止のため、投てき場内でのジョギングや流し、ダッシュ等は禁止する。
19 日 (日)	トラック 走高跳(男) A 走高跳(七種) B 走幅跳(女) 7:30～ 8:30 やり投(男)助走	トラック 7:30～17:30 走高跳(男) 7:30～13:00 三段跳(女) 7:30～13:00 三段跳(男) 13:10～17:30	砲丸投(男女) 7:30～13:00 ハンマー投(男) 7:30～ 8:10 やり投(男) 8:10～ 8:50 円盤投(男) 15:00～17:30 ※危険防止のため、投てき場内でのジョギングや流し、ダッシュ等は禁止する。
20 日 (月)	トラック 走幅跳(七種) 砲丸投(北女) 7:30～ 8:30	トラック 7:30～16:30 三段跳(女) 7:30～10:00 三段跳(男) 10:10～13:00	砲丸投(北女) 7:30～ 8:20 円盤投(男) 7:30～ 9:10 砲丸投(南女) 8:20～13:20 ※危険防止のため、投てき場内でのジョギングや流し、ダッシュ等は禁止する。

- ※1 上記の指定場所・時間を厳守し、安全に最大限留意して使用すること。
- ※2 各会場の係員の指示に従って練習を実施すること。
- ※3 カンセキスタジアム内および第2競技場内、その他公園敷地内外での投てき練習は禁止する。ただし、砲丸投・やり投助走練習のみ指定された時間内での練習を許可する。
- ※4 牽引走・トラックの逆走は厳禁とする。
- ※5 メディシンボールは、第2陸上競技場内の指定エリアのみでの使用を認める。投てき種目出場者が投てき場で使用する場合は、係員の指示に従うこと。
- ※6 投てき場での投てき練習において、投てき用具は各自で用意すること。

＜ カンセキスタジアム 練習使用区分 ＞



【トラック】

レーン	ホームストレート	バックストレート
1～2レーン	中長距離・競歩の 速い周回練習	
3～7レーン	短距離（スタートダッシュ等）	※リレー練習は不可
8レーン	100mH	400mH（女子）
9レーン	110mH	400mH（男子）
9レーンレーン外側	ゆっくりジョギング・ウォーキング	※ホームストレートの9レーン外側は不可

【フィールド】

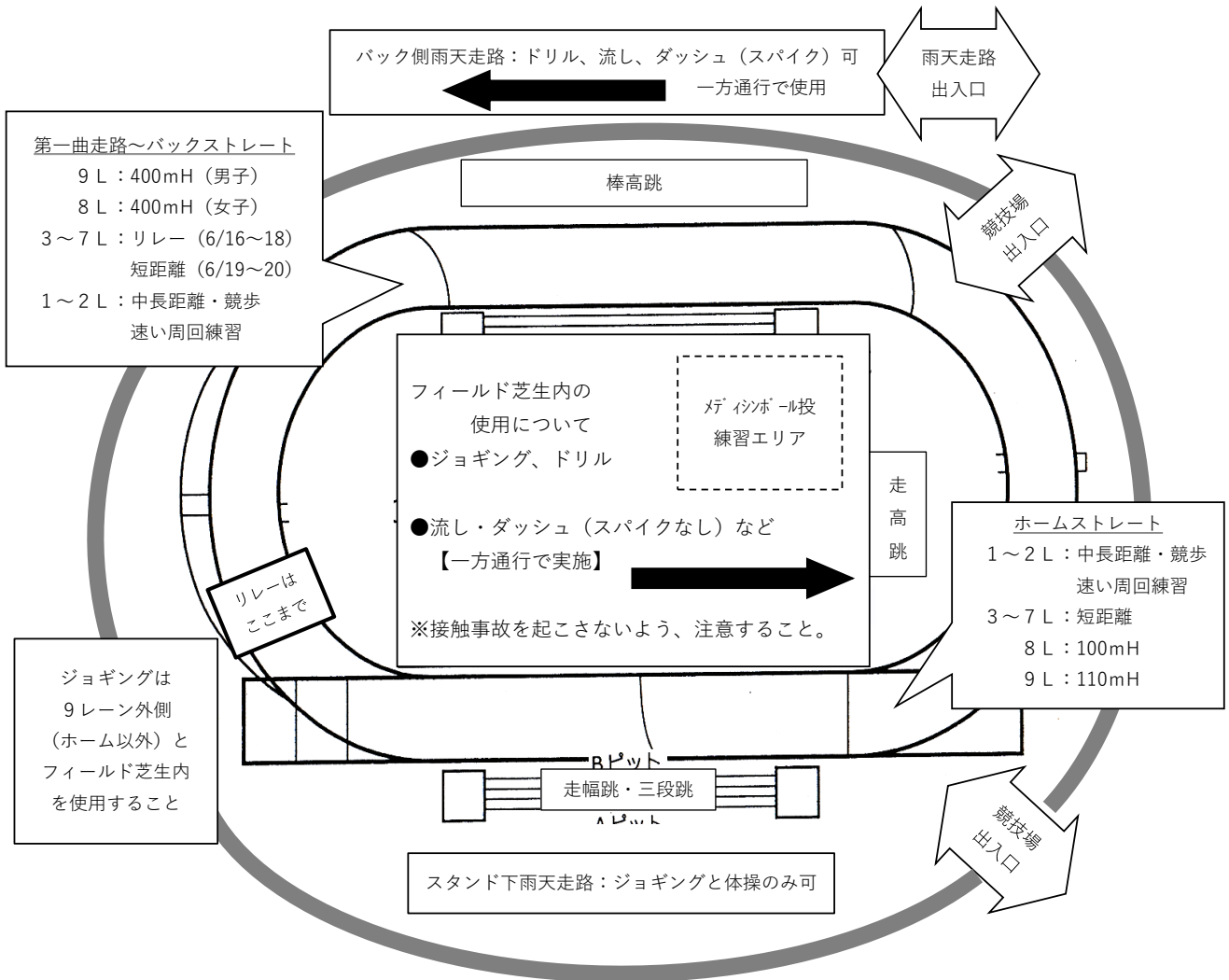
フィールド内芝生	ジョギング / ドリル、流し、ダッシュ等（一方通行で実施）
メインスタンド側跳躍ピット	走幅跳（日時により男女南北の区分を指定）
バックスタンド側跳躍ピット	棒高跳（日時により男女南北の区分を指定）
第1曲走路内走高跳ピット	走高跳（日時により男女南北の区分を指定）
第2曲走路内やり投ピット	やり投（助走練習のみ使用可 日時により男女南北の区分を指定）
第2曲走路内砲丸投ピット	砲丸投（日時により男女南北の区分を指定）

【雨天走路】当日に競技出場する選手の専用利用とする。

バックスタンド下雨天走路	ジョギング（一方通行で周回）・体操・ストレッチ のみ
--------------	----------------------------

- ※1 牽引走・トラックの逆走は厳禁とする。トラックを横切の際は他の競技者と衝突しないよう、十分気をつけること。
- ※2 係員の指示に従い、安全に最大限留意して使用すること。
- ※3 雨天走路の利用は、当日に競技出場する競技者のアップのみ使用可能とする。ただし、6/16（木）はどの競技者も使用可とする。
- ※4 正面スタンド内1階の更衣室は感染症対策のため使用不可とする。更衣は2階観客席WC内の更衣スペースを使用する。ただし各競技の決勝終了後、表彰式に参加する競技者と混成競技出場者に限り、正面スタンド内の更衣室使用を許可する。なお短時間の利用とする。

＜ 第2競技場 練習使用区分 ＞



【トラック】

レーン	ホームストレート	バックストレート
1～2レーン	中長距離・競歩の 速い周回練習	
3～7レーン	短距離 (スタートダッシュ等)	リレー (6/16～18) / 短距離 (6/19～20)
8レーン	100mH	400mH (女子)
9レーン	110mH	400mH (男子)
9レーンレーン外側	ゆっくりジョギング・ウォーキング	※ ホームストレートの9レーン外側は不可

【フィールド】

フィールド内芝生	ジョギング / ドリル、流し、ダッシュ等 (一方通行で実施) メディシンボール投げ (指定されたエリア内のみ)
メインスタンド側跳躍ピット	走幅跳 / 三段跳 (日時により男女南北の区分を指定)
バックスタンド側跳躍ピット	棒高跳 (日時により男女南北の区分を指定)
第1曲走路内	走高跳 (日時により男女南北の区分を指定)

【雨天走路】 当日に競技出場する選手の専用利用とする。

メインスタンド下雨天走路	ジョギング (一方通行で周回)・体操・ストレッチ のみ
バックスタンド外雨天走路	流し、ダッシュ等 (スパイク着用の走練習) 一方通行で

- ※1 牽引走・トラックの逆走は厳禁とする。トラックを横切る際は他の競技者と衝突しないよう、十分気をつけること。
- ※2 係員の指示に従い、安全に最大限留意して使用すること。
- ※3 雨天走路の利用は、当日に競技出場する競技者のアップのみ使用可能とする。ただし、6/16 (木) はどの競技者も使用可とする。メイン側とバック側で用途が違うので注意すること。
- ※4 正面スタンド内の更衣室、WCを使用する際は密集を避け、できる限り短時間の使用とすること。