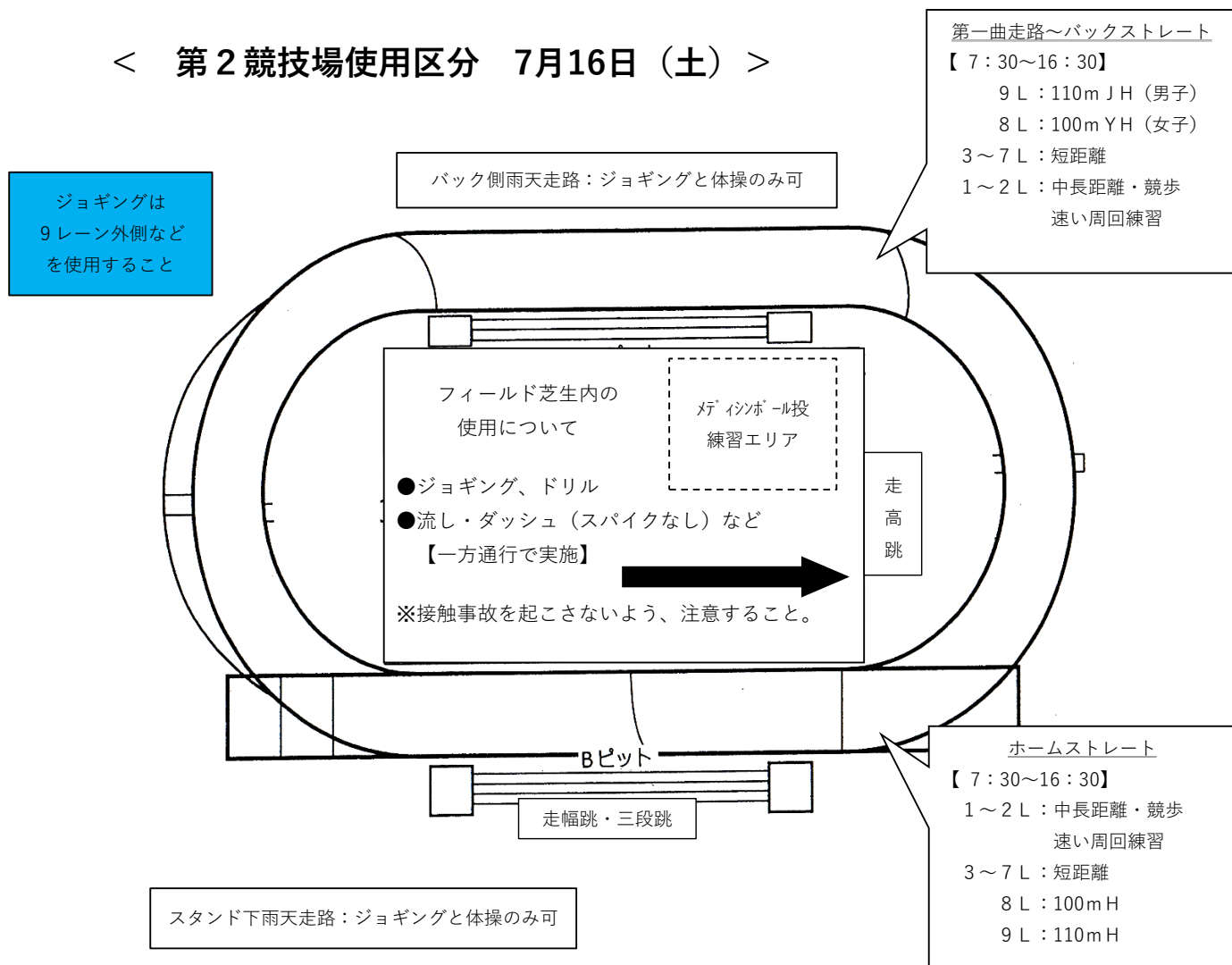


＜第2競技場使用注意事項＞

1. 第2競技場の使用については、競技日程にあわせて使用可能な場所と内容を定める。係員の指示に従うこと。
2. 第2競技場における、投てき用具(砲丸、円盤、ハンマー、やり)を投げる練習は、禁止する。
投てき用具を投げる練習は、当該競技場所において競技開始前の公式練習でのみ許可する。
3. メディシンボールを使用した練習は、フィールド芝生内の決められたエリア内で実施すること。
決められたエリアの外および競技場外公園敷地でのメディシンボール練習は厳禁とする。
4. フィールド芝生内でのジョギング、ドリル、流し、ダッシュ等は衝突事故を起こさないよう、安全に留意して実施すること。
流しやダッシュ等は100mスタート側からフィニッシュ側への一方通行で実施すること。
5. ジョギングは9レーン外側やフィールド芝生内を利用すること。9レーン外側では競技者相互が譲り合って通行すること。
- 6.トラック使用の際は一方通行を厳守すること。トラックを含め、場内外でのトーイングは危険であるため全面禁止する。
7. 競技者同士、安全に十分注意し使用すること。不用意にトラックを横切ったり、逆走したり、指定された内容と違う使い方をしたりしないこと。
8. メインスタンド下の雨天走路 および バックストレート外側の雨天走路 は、ジョギングと体操のみ使用を許可する。
雨天走路での流しやダッシュ、ドリル等の実施は禁止する。

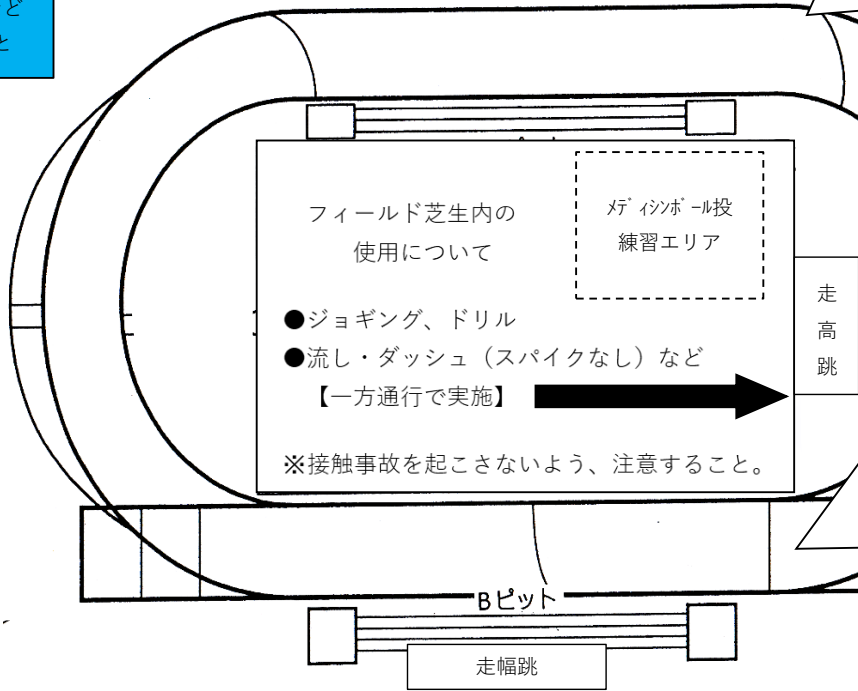
＜ 第 2 競技場使用区分 7月16日 (土) ＞



< 第2競技場使用区分 7月17日(日) >

ジョギングは
9レーン外側など
を使用すること

バック側雨天走路：ジョギングと体操のみ可



第一曲走路～バックストレート

【7:30～16:30】
9L：300mH（男子）
8L：300mH（女子）

【7:30～13:00】
3～7L：短距離

【13:00～15:00】
3～7L：リレー

【7:30～16:30】
1～2L：中長距離・競歩
速い周回練習

ホームストレート

【7:30～16:30】
1～2L：中長距離・競歩
速い周回練習

【7:30～13:00】
3～9L：短距離

【13:00～15:00】
3～9L：リレー

スタンド下雨天走路：ジョギングと体操のみ可