

カンセキスタジアム内 ウォーミングアップエリア レイアウト

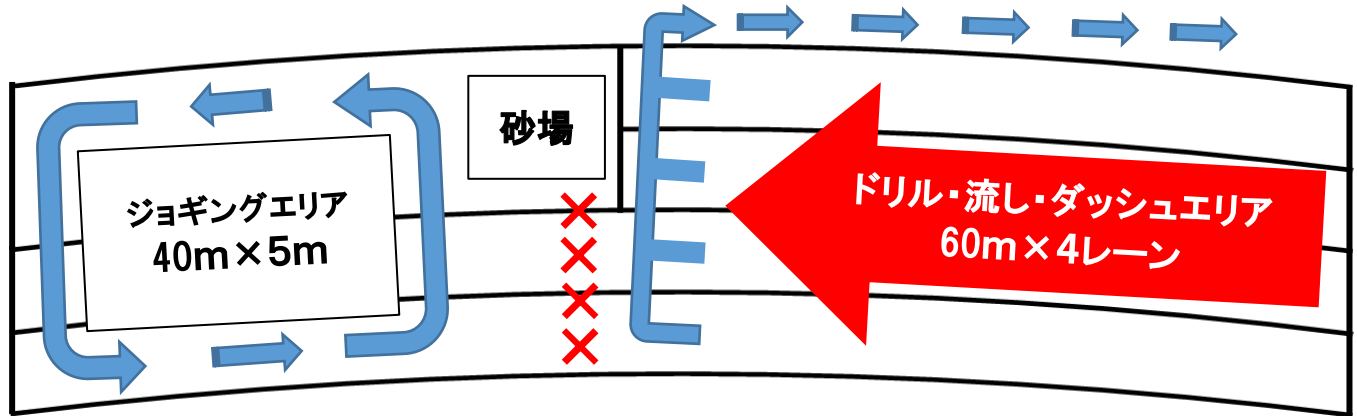
バックスタンド下の雨天走路使用上の注意 【8:00～競技終了まで使用可】

ジョギングエリアとドリル・流し・ダッシュエリアに区分けする。

200mスタート側にジョギングエリアを設ける。

1500mスタート側にドリル・流し・ダッシュエリアを設ける。

ドリル・流し・ダッシュのあとは走路の外側を歩いて戻ること。
それぞれ一方通行で使用し、危険防止に十分注意すること。



3月23日(土)
【8:00～8:50】
競技開始前

棒高跳助走路：使用禁止

9レーン 300mH (男子)
8レーン 300mH (女子)
3～7レーン 短距離

1～2レーン 中長距離

1～2レーン
中長距離

芝生内は
使用禁止

1～2レーン
中長距離

1～2レーン 中長距離

5～6レーン 短距離

7レーン 100mH 中学女

8レーン 100mH

9レーン 110mH

幅跳助走路 使用禁止

3月23日(土)
【9:00~9:40】
5000mW

棒高跳助走路：使用禁止

9レーン 300mH (男子)
8レーン 300mH (女子)
5~7レーン 短距離

5000mW
スタート時は
中断すること

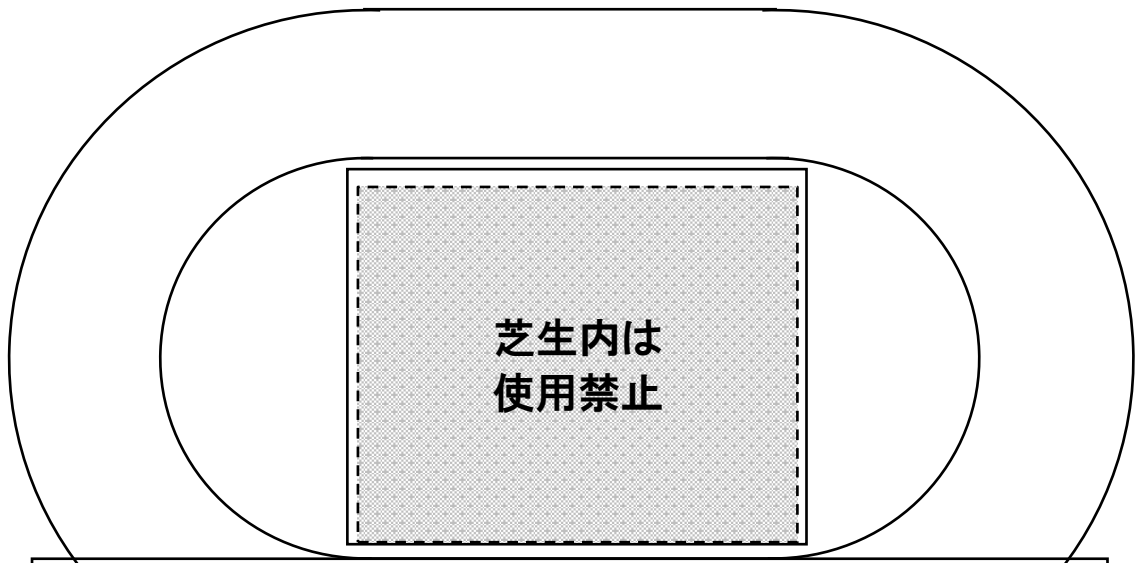


5~6レーン 短距離
7レーン 100mH 中学女
8レーン 100mH
9レーン 110mH

幅跳助走路 使用禁止

3月23日(土)
【9:40~10:35】
1500m

棒高跳助走路：使用禁止

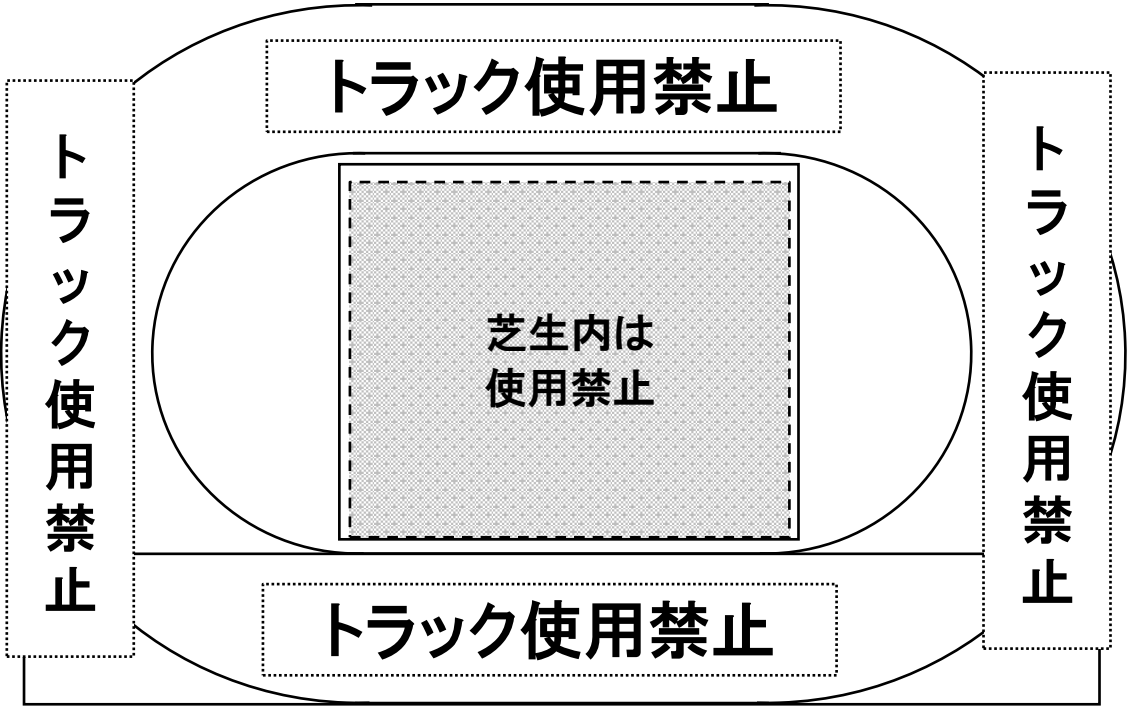


5~6レーン 短距離
7レーン 100mH 中学女
8レーン 100mH
9レーン 110mH

幅跳助走路 使用禁止

3月23日(土)
【10:35~11:30】
300mH 300m

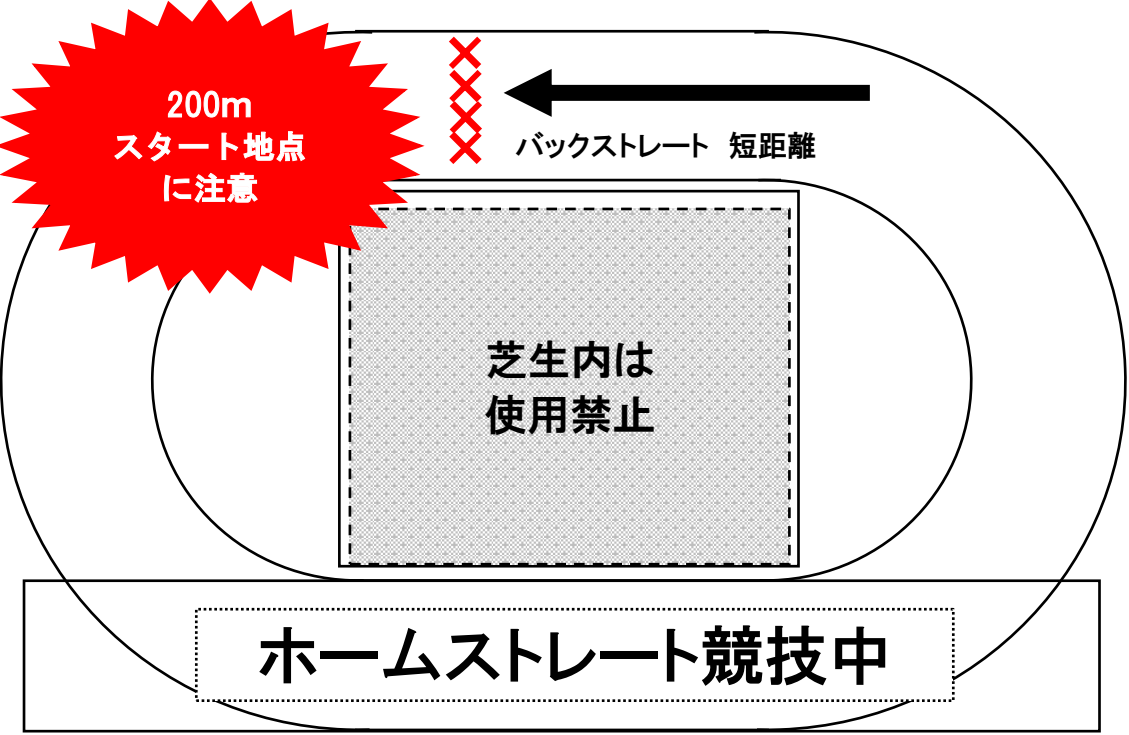
棒高跳助走路：使用禁止



幅跳助走路 使用禁止

3月23日(土)
【11:30~12:00】
200m

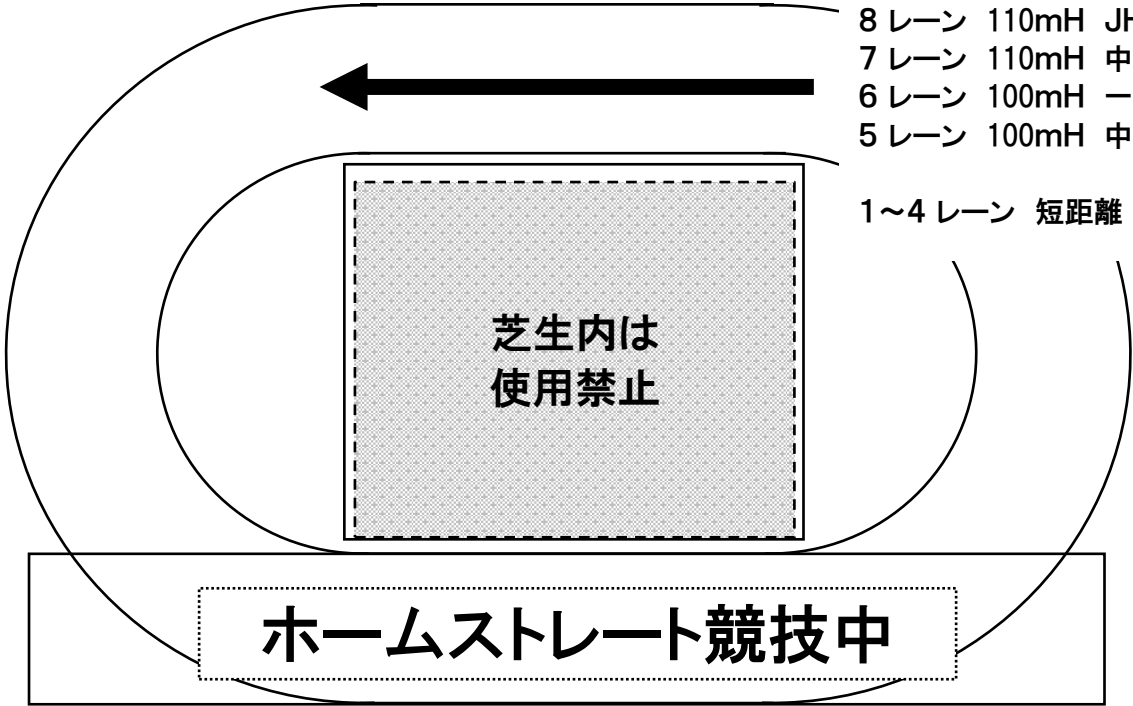
棒高跳助走路：使用禁止





幅跳助走路 使用禁止

3月23日(土)
【12:00~13:25】
100m

棒高跳助走路：使用禁止

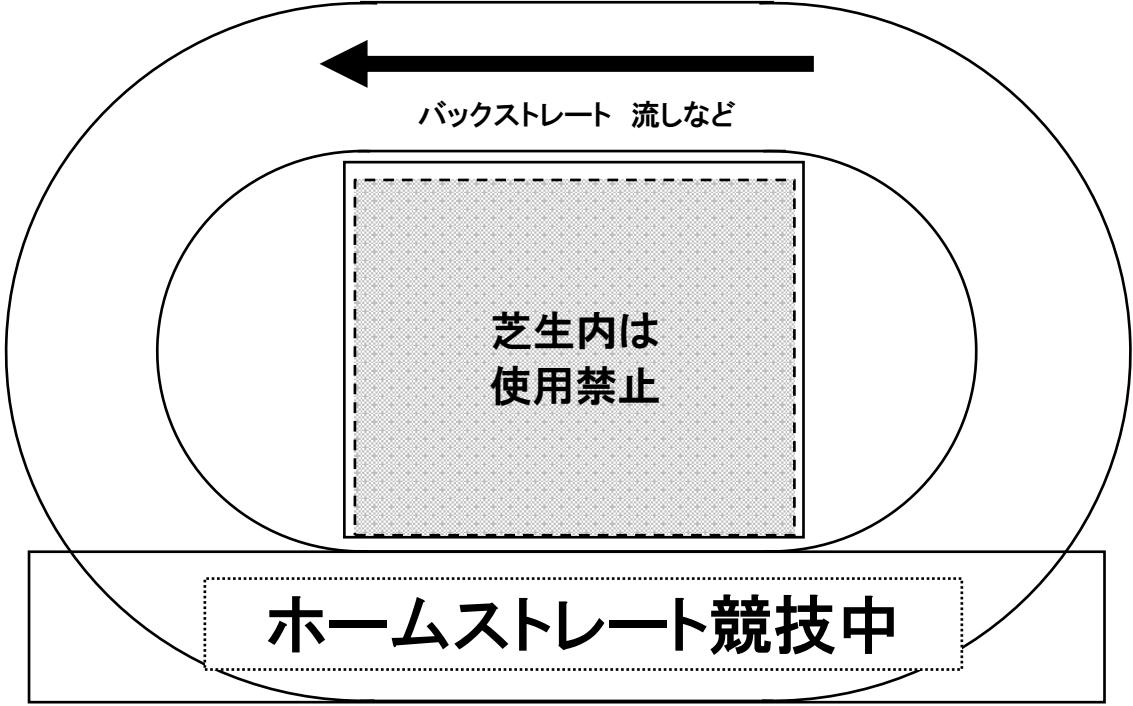


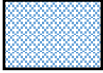

9レーン 110mH 一般
8レーン 110mH JH
7レーン 110mH 中学
6レーン 100mH 一般
5レーン 100mH 中学
1~4レーン 短距離

 幅跳助走路 使用禁止 

3月23日(土)
【13:25~14:30】
ハードル種目

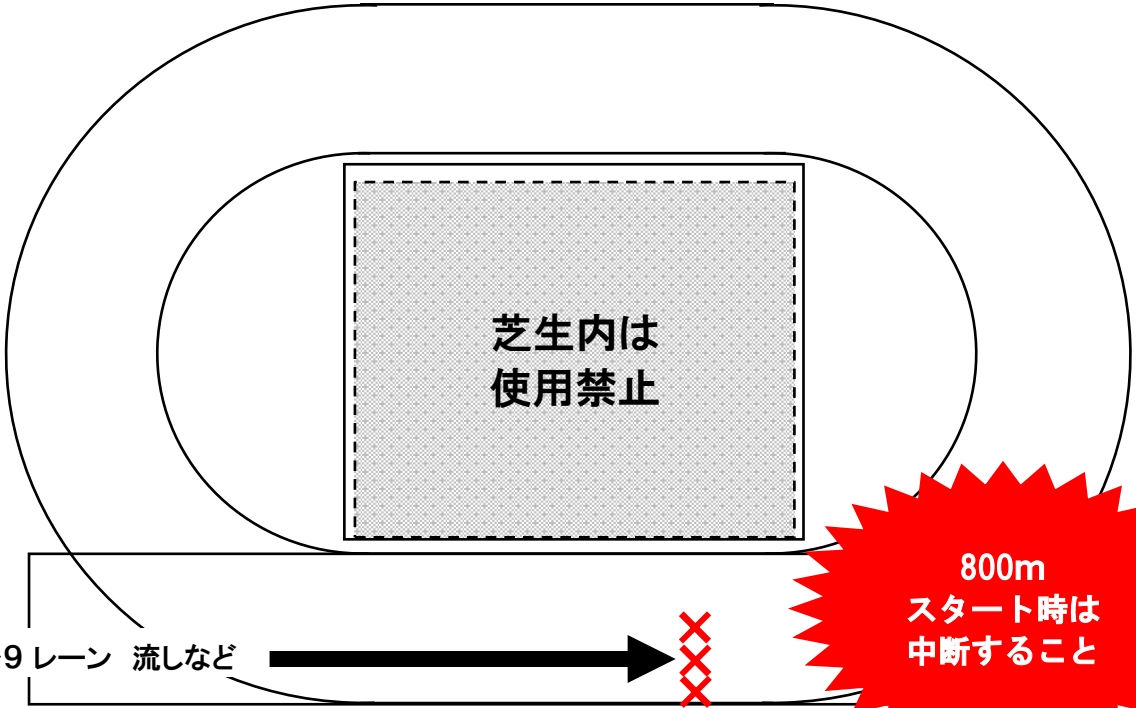
棒高跳助走路：使用禁止



 幅跳助走路 使用禁止 

3月23日(土)
【14:30~15:20】
800m

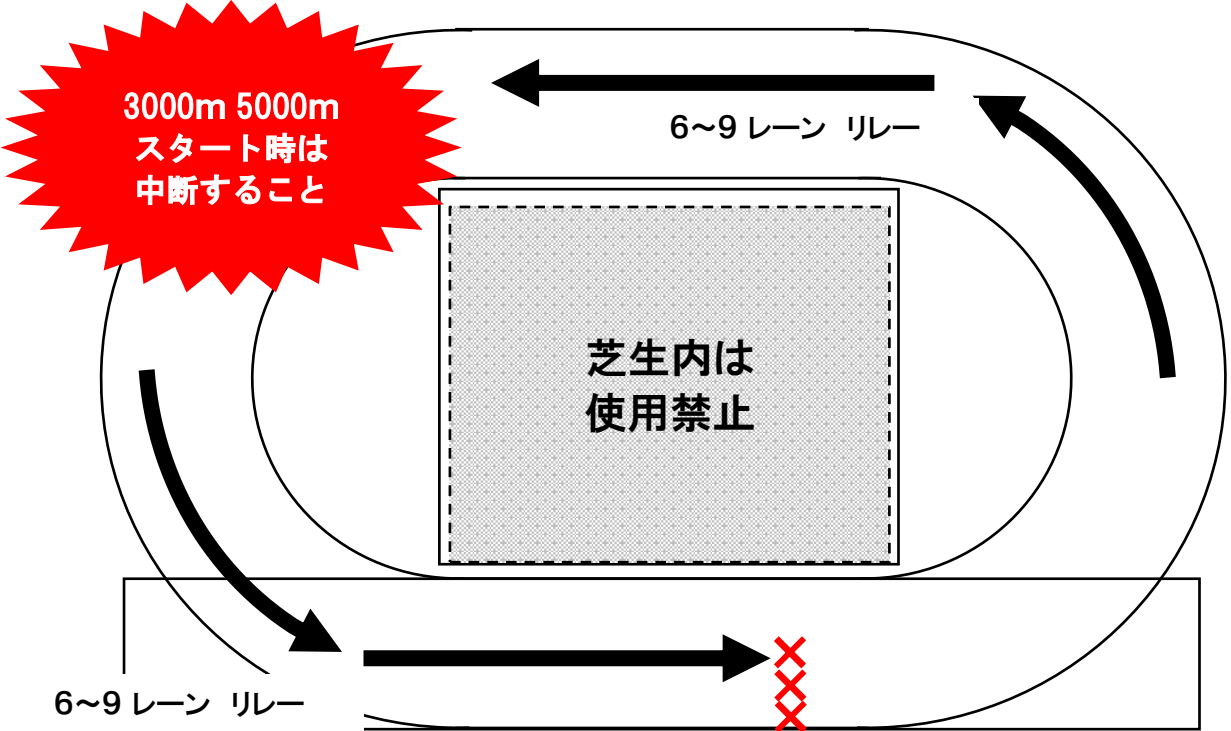
棒高跳助走路：使用禁止



幅跳助走路 使用禁止

3月23日(土)
【15:20~16:10】
3000m 5000m

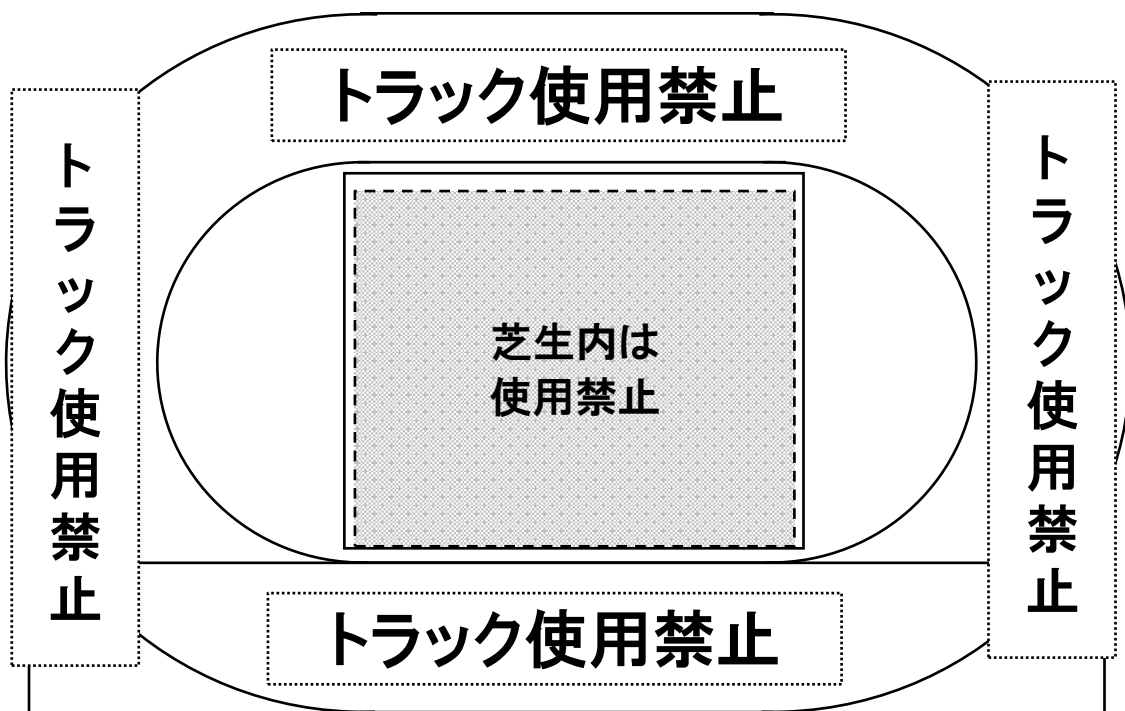
棒高跳助走路：使用禁止




幅跳助走路 使用禁止

3月23日(土)
【16:10～】
4×100mR

棒高跳助走路：使用禁止



 幅跳助走路 使用禁止 