

練習会場使用日程

	メイン競技場			補助競技場			投てき練習場		雨天練習場
トラック	○			○			×		○
跳 躍	○			○ 棒高跳以外の跳躍競技			×		×
投てき	△ ターン・助走練習のみ			○ 砲丸投・やり投			○ 円盤投・ハンマー投		×
芝 生	× (走高跳練習のみ)			△ やり投・走高跳のみ			—		—
使用条件	レ ー ン	1～3	タイムトライアル用	レ ー ン	1～2	タイムトライアル用	時間帯別で使用		3レーン使用制限有
		4～6	流し用 (バトンパス含む)		3～6	流し用 (バトンパス含む)			
		7～9	ハードル用 (ハードル全般)		外周7～8	400mH用 (4台)			
					直線7～8	110・100mH			
10/8 (木) 前日	13:00～17:00 ○走幅跳はメイン側ピット ○棒高跳はバック側ピット ○走高跳はBゾーン			13:00～17:30 ○フィールド内はやり投・砲丸投 ○ピットは三段跳(9m・11m板) ○走高跳練習は禁止			ハンマー投	13:00～14:15	13:00～17:30
							円 盤 投	15:30～16:30	
								14:15～15:30	
								16:30～17:30	
10/9 (金) 第1日	7:30～9:15 ○男子棒高跳練習 7:30～9:00 ○女子棒高跳練習 男子棒高跳終了～17:00 ○走幅跳はメイン側ピット ※全ての競技終了までは選手のみ立入可			7:30～18:00 ○フィールド内砲丸投ピット使用可能 ○フィールド内 7:30～12:00は走高跳 12:30～14:30は女子やり投 14:30～18:00は男子やり投 ○走幅跳 7:30～12:30 15:30～18:00 ○三段跳 12:30～15:30			ハンマー投	男 7:30～ 9:30 女10:00～12:00	7:30～18:00
							円盤投	12:30～17:00	
10/10 (土) 第2日	7:30～9:00 ○走幅跳はメイン側Aピット ○三段跳はメイン側Bピット (11m板)			7:30(砲丸投ピットは7:15)～18:00 ○フィールド内砲丸投ピット 7:15～9:00は男子砲丸投 ○フィールド内 9:30～11:30は男子やり投 7:30～11:00 12:00～18:00は男子走高跳 ○女子走幅跳 7:30～9:30 ○男子三段跳 9:30～12:30 ○女子三段跳 12:30～18:00			円 盤 投	8:00～17:00 12:00～14:00 (女子専用時間)	7:30～18:00
							ハンマー投		
								練習不可	
10/11 (日) 第3日	7:30～9:00 ○三段跳はメイン側ピット (9m板) ○走幅跳はバック側ピット			7:30～15:30 ○フィールド内砲丸投ピット 7:30～9:30は女子砲丸投 ※9:30～投てき練習禁止 ○フィールド内 投てき練習禁止 7:30～10:00 走高跳			円 盤 投	7:15～ 9:15 (男子専用時間)	7:30～15:30
							ハンマー投		
								練習不可	

※練習用具は各自持参。練習は引率指導者もしくは監督が付き添う。係員の指示に従う。

※投擲練習場のみメディシンボールなどの使用可能。

【雨天練習場の使用について】

- 1・2レーン…一方通行で使用 (100スタート→100ゴールへの一方通行とする) (戻る際は壁側通路を使用)
3レーン …長距離・ジョグ (折り返しての使用可能)