

第60回 中国中学校陸上競技場選手権大会 公開練習要綱

日	本競技場	雨天練習場	補助競技場
7日 (金)	13:00～17:00 1・2レーン 中長距離 (周回) 3～7レーン 短距離 ※スタブロ設置 8・9レーン ハードル ※ハードル・スタブロ設置	13:00～17:00 1・2レーン ハードル ※ハードル ・スタブロ設置 3～4レーン 短距離 ※スタブロ設置 5～6レーン 中長距離 ※一方通行 ※器具の持込禁止	13:00～17:00 1・2レーン 中長距離 (周回) 3～7レーン 短距離 ※3・4レーンは快調走等 ※5～7レーンスタブロ設置 8・10レーン ハードル ※9レーンは、空きレーン ※ハードル・スタブロ設置
	13:00～17:00 高 (男子Bピット・女子Aピット) 幅・砲丸・棒高ピット使用可能		13:00～17:00 <u>棒高跳は、メインのみとする</u> 幅・高・砲丸ピット使用可能
8日 (土)	7:00～8:30 1・2レーン 中長距離 (周回) 3～7レーン 短距離 ※スタブロ設置 8・9レーン ハードル ※ハードル・スタブロ設置 高 (男子Bピット・女子Aピット) 幅・砲丸・棒高ピット使用可能 ※競技終了後の使用は禁止	7:00～17:00 1・2レーン ハードル ※ハードル ・スタブロ設置 3～4レーン 短距離 ※スタブロ設置 5～6レーン 中長距離 ※一方通行 ※器具の持込禁止	7:00～17:30 1・2レーン 中長距離 (周回) 3～7レーン 短距離 ※3・4レーンは快調走等 ※5～7レーンスタブロ設置 8・10レーン ハードル ※9レーンは、空きレーン ※ハードル・スタブロ設置
			7:00～17:30 幅・高・砲丸ピット使用可能
9日 (日)	7:00～8:30 1・2レーン 中長距離 (周回) 3～7レーン 短距離 ※スタブロ設置 8・9レーン ハードル ※ハードル・スタブロ設置 ※競技終了後の使用は禁止	7:00～12:00 1・2レーン ハードル ※ハードル ・スタブロ設置 3～4レーン 短距離 ※スタブロ設置 5～6レーン 中長距離 ※一方通行 ※器具の持込禁止	7:00～12:00 1・2レーン 中長距離 (周回) 3～7レーン 短距離 ※3・4レーンは快調走等、 ※5～7レーンスタブロ設置 8・10レーン ハードル ※9レーンは、空きレーン ※ハードル・スタブロ設置
			7:00～8:30 幅・高・砲丸ピット使用可能

スタンド下通路 (中央入口前) にジョグエリアを設置 (7:00～11:00) しています。※一方通行

- ・練習会場には、選手・団体引率者、競技役員以外は、立ち入らないこと。
- ・本競技場、補助競技場ともに、リレーの練習は第2コーナーと第3コーナーのみとします。第4コーナーでのコーナーダッシュやリレー練習は禁止します。
- ・200m、400mのスタート練習は、3～7レーンを使用。
- ・ハードル練習について
 本競技場：8レーン (100mH)、9レーン (110mH) 雨天練習場：1レーン (110mH) 2レーン (100mH)
 補助競技場：8レーン (100mH)、10レーン (110mH) を使用。
- ・砲丸の練習は、砲丸投げピットを使用する。芝などでの砲丸投の練習は禁止します。また、使用する場合は、各団体の代表者または、指導者がつくようにしてください。(砲丸は、各自で準備すること)