

# 第 155 回茨城県中学校陸上競技記録会 練習会場の使用について

## 【メイン競技場】

### 1 日 時

令和3年5月1日(土) 7:30~9:00

2日(日) 7:30~9:00

※メイン競技場で練習が行えるのは、競技会に出場する選手に限る。

### 2 使用方法

#### (1) ホームストレート(トラック内側への横断は禁止とする)

1~2レーン 周回練習レーン(アップやペースの遅いジョギングは縁石内で行う)

3~6レーン スタートダッシュレーン (スターティングブロック設置)

7~9レーン ハードル練習レーン (スターティングブロック設置)

#### (2) 第1曲走路~バックストレート

1~2レーン 周回練習レーン(アップやペースの遅いジョギングは縁石内で行う)

3レーン 使用禁止

4~9レーン リレー・短距離レーン

※事故防止のため、レーンに立ち止まったり、レーンを歩いて戻ったりすることを禁止する。

#### (3) 第2曲走路

1~2レーン 周回練習レーン(アップやペースの遅いジョギングは縁石内で行う)

3~6レーン リレー・短距離レーン

7~9レーン スタートダッシュレーン (スターティングブロック設置)

※事故防止のため、3~9レーンにおいては、第2曲走路からホームストレートへ走り込むことを禁止する。

#### (4) フィールド内

①走幅跳は、ホームストレート外側に2ピット設置しており使用できる。

②走高跳は、第2曲走路内の2ピットを使用できる。

③棒高跳は、バックストレート外側に1ピット設置しており使用できる。

④砲丸投の練習は、第1曲走路内に1ピット設置しており使用できる。

### 3 注意事項

(1) 選手は、安全確保のため、レーンの使用区分をよく守ること。特に、第2曲走路から直線スタートダッシュレーンへの走り込みは絶対にしない。また、競技役員の指示に従い、事故のないように注意する。

(2) アップや動きづくりは芝生内又は補助競技場を使用する。

(3) 入場の際は、選手はアスリートビブス(ナンバーカード)、監督・コーチはAD(リストバンドは除く)を提示する。提示のない者は入場できない。また、選手・監督・コーチ以外の立ち入りを禁止する。

(4) リレーマーカーについては使用后必ず各自で撤去する。

(5) 傘の使用は他の迷惑にならないように十分注意すること。状況によっては使用を制限する場合があるので、指示に従うこと。

## 【補助競技場】

### 1 日 時

令和3年5月1日(土) 7:30~16:00

2日(日) 7:30~15:30

※補助競技場で練習が行えるのは、競技会に出場する選手に限る。

## 2 使用方法

- (1) ホームストレート（トラック内側への横断は禁止とする）
  - 1～2レーン 周回練習レーン（アップやペースの遅いジョギングは縁石内で行う）
  - 3～4レーン 流しレーン
  - 5～8レーン スタートダッシュレーン（スターティングブロック設置）
- (2) 第1曲走路～バックストレート
  - 1～2レーン 周回練習レーン（アップやペースの遅いジョギングは縁石内で行う）
  - 3レーン 使用禁止
  - 4～8レーン リレー・短距離レーン

※事故防止のため、レーンに立ち止まったり、レーンを歩いて戻ったりすることを禁止する。
- (3) 第2曲走路
  - 1～2レーン 周回練習レーン（アップやペースの遅いジョギングは縁石内で行う）
  - 3～5レーン リレー・短距離レーン
  - 6～8レーン スタートダッシュレーン（スターティングブロック設置）

※事故防止のため、3～8レーンにおいては、第2曲走路からホームストレートへ走り込むことを禁止する。
- (4) フィールド内
  - ①走幅跳は、第1局走路外側（体育館側）に2ピット設置しており使用できる。
  - ②走高跳は、第1曲走路内の1ピットを使用できる。
  - ③棒高跳の練習は、メイン競技場内のみ使用できる。
  - ④砲丸投の練習は、メイン競技場（時間指定あり）または投てき場のみ使用できる。

## 3 注意事項

- (1) 選手は、安全確保のため、レーンの使用区分をよく守ること。特に、第2曲走路から直線スタートダッシュレーンへの走り込みは絶対にしない。また、競技役員の指示に従い、事故のないように注意する。
- (2) アップや動きづくりは芝生内を使用する。
- (3) 入場の際は、選手はアスリートビブス（ナンバーカード）、監督・コーチはAD（リストバンドは除く）を提示する。提示のない者は入場できない。また、選手・監督・コーチ以外の立ち入りを禁止する。
- (4) リレーマーカーについては、使用后必ず各自で撤去する。
- (5) 傘の使用は他の迷惑にならないように十分注意すること。状況によっては使用を制限する場合がありますので、指示に従うこと。

### 【投てき練習場】

#### 1 日時

令和3年5月1日（土） 7：30～14：00  
2日（日） 7：30～13：00

※練習用の砲丸は、各校で用意したものを使用する。持ち込みは砲丸、メディシンボールのみ  
※投てき場で練習が行えるのは、競技会に出場する選手に限る。

#### 2 使用方法

- (1) 投てき練習  
1ピット使用できる。
- (2) 上記以外の練習
  - ①メディシンボールのみメディシンボールの使用を認める。
  - ②アップ・動きづくり・流し・ダッシュについては投てき場奥側の芝生エリアを使用すること。

#### 3 注意事項

- (1) 選手のみでの投てき練習を禁止する。
- (2) 会場内へは、砲丸、メディシンボール、ストレッチマット以外の持ち込みを禁止する。
- (3) 入場の際は、選手はアスリートビブス（ナンバーカード）、監督・コーチはAD（リストバンドは除く）を提示する。提示のない者は入場できない。また、選手・監督・コーチ以外の立ち入りを禁止する。