

U16 陸上競技大会茨城県代表選考会

第 158 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

※15:00より、先に予約されていた団体との共有使用となります。事故等に注意し、安全に使用するようお願いします。

【メイン陸上競技場】

1 日 時

8月29日(日) 7:30 ~ 8:30

※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レーン 使用禁止

4レーン 共通男子110m JH練習レーン スタートディングブロック設置

5レーン 2・3年男子110m H練習レーン スタートディングブロック設置

6レーン 使用禁止

7レーン 1年男子100m H練習レーン スタートディングブロック設置

8レーン 共通女子100m YH練習レーン スタートディングブロック設置

9レーン 共通女子100m H練習レーン スタートディングブロック設置

※スタート地点へ戻る時には、4・5レーンはイン側を、7~9レーンはアウト側を戻ること。

(2) 第1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 ダッシュ・流しレーン

7~9レーン スタートダッシュレーン スタートディングブロック設置

※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。

※第1曲走路からバックストレートへ走り込むことを禁止する。

(3) 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)

3~6レーン ダッシュ・流しレーン

7~9レーン スタートダッシュレーン スタートディングブロック設置

※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。

※バックストレートから第2曲走路へ走り込むことを禁止する。

(4) 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 ダッシュ・流しレーン

7~9レーン スタートダッシュレーン スタートディングブロック設置

※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。

※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。

(5) フィールド内

①走幅跳は、補助競技場で練習することができる。

②三段跳は、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。

③走高跳は、第2曲走路内の1ピットを使用できる。

④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。

⑤砲丸投は、第1曲走路内に1ピット設置しており、サークル内でのグライド練習のみ認める。

⑥ジャベリックスローは、第1曲走路内に1ピット設置しており、助走練習のみ認める。

⑦円盤投は、投てき場でのみ練習することができる。

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。また、競技役員の指示に従い、事故のないように注意すること。
- (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、監督・コーチはAD（リストバンドは不可）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) 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。

【補助競技場】

1 日時

令和3年8月29日（日） 7：30 ～ 17：30

※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（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 短距離・流し
 - 6～8レーン スタートダッシュ（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（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 短距離・流し
 - 6～8レーン スタートダッシュ（スターティングブロック設置）※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（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 短距離・流し
 - 6～8レーン スタートダッシュ（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曲走路外側（体育館側）に2ピット設置しており使用できる。
 - ②三段跳の練習は、メイン競技場内のみとする。
 - ③走高跳は、第1曲走路内の1ピットを使用できる。
 - ④棒高跳の練習は、メイン競技場内のみとする。
 - ⑤砲丸投の練習は、メイン競技場または投てき場を使用すること。
 - ⑥ジャベリックスローは、メイン競技場または投てき場を使用すること。
 - ⑦円盤投は、投てき場でのみ練習することができる。

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、監督・コーチはAD（リストバンドは不可）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) 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8月29日(日)	砲丸投	7:30	～	8:20
	ジャベリックスロー	7:30	～	11:20
	円盤投	11:30	～	13:20

※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

それぞれ1ピット使用できる。

(2) 上記以外の練習

アップ・動きづくり・流し・ダッシュについてはメイン競技場または補助競技場を使用すること。

(3) 練習用・競技用の砲丸，円盤，ジャベリックは，各校で用意したものを使用すること。

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，円盤，ジャベリック，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，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。