

# 第 163 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4年6月18日（土） 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（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 **※使用不可**

4～6レーン 男子ハードル練習（スターティングブロック設置）

7～9レーン 女子ハードル練習（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レーン **※使用不可**

4～9レーン 流し

※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）

3～9レーン 流し

※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の2ピットが使用できる。

②走高跳は、第2曲走路内の2ピットが使用できる。

③棒高跳は、バックストレート外側の1ピットが使用できる。

④砲丸投の練習は、第1曲走路内の1ピットが使用できる。

※円盤投・ジャベリックスローの練習は、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曲走路からホームストレート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4年6月18日（土） 7：30～16：10

※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）
  - 3～8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）
  - 3～4レーン 流し
  - 5～8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 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）の2ピットが使用できる。
  - ②走高跳は、第1曲走路内の1ピットが使用できる。  
※棒高跳の練習は、メイン競技場内のみ使用できる。  
※砲丸投の練習は、メイン競技場（時間指定あり）及び、投てき場のみ使用できる。  
※円盤投・ジャベリックスローの練習は、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4年6月18日（土） 8：00～13：20

※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  
砲丸、円盤、ジャベリックのピットが使用できる。
- (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。**※必ずチーム監督（コーチ）が同行すること。**
- (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（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。