

# 令和5年茨城県中学校新人体育大会陸上競技の部 練習会場の使用について

## 【メイン競技場】

### 1 日時

令和5年9月28日(木) 7:30~9:00

29日(金) 7:30~9:30

※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)

3~5レーン スタートダッシュ (スターティングブロック設置)

6レーン 2年男子110mH (スターティングブロック設置)

7レーン 1年男子100mH (スターティングブロック設置)

8~9レーン 女子100mH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~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 リレー・短距離

※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。また、7~9レーンにおいては、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) 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1ピットが使用できる。※1日目の女子走高跳のみ、2ピット使用可

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砲丸投は、第1曲走路内の1ピットが使用できる。

⑤円盤投は、第1曲走路内の1ピットが使用できる。※2日目のみ

### 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。

※2日目は円盤投の練習を行っているので、規制エリアには絶対に立ち入らないこと。

(3) 選手・競技役員・補助員及び指導者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るで、指示に従うこと。

## 【補助競技場】

### 1 日 時

令和5年9月28日(木) 7:30~16:00

29日(金) 7:30~14:30

※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 | スタートダッシュ  | (スターティングブロック設置)          |
| 6レーン   | 2年男子110mH | (スターティングブロック設置)          |
| 7レーン   | 1年男子100mH | (スターティングブロック設置)          |
| 8レーン   | 女子100mH   | (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~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 | リレー・短距離  |                          |
| 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) フィールド内

- ①走幅跳は、第1曲走路外側(体育館側)の1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・円盤投の練習は、メイン競技場及び、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) 選手・競技役員・補助員及び指導者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るので、指示に従うこと。

## 【投てき練習場】

### 1 日 時

令和5年9月28日(木) 8:00~15:30

29日(金) 8:00~11:35

※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 使用可能時間

#### 1日目

- |         |             |
|---------|-------------|
| (1) 砲丸投 | 8:00~12:20  |
| (2) 円盤投 | 12:20~15:30 |

#### 2日目

- |         |            |
|---------|------------|
| (1) 砲丸投 | 8:00~9:00  |
| (2) 円盤投 | 8:00~11:30 |

### 3 使用方法

#### (1) 投てき練習

砲丸投・円盤投それぞれ1ピットが使用できる。

- (2) 上記以外の練習については、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・円盤は、会場備え付けのものを使用すること。持ち込みはマットとメディシンボールのみとする。

### 4 注意事項

- (1) 練習の際には競技役員の指示に従い、安全に留意して行うこと。
- (2) 選手・競技役員・補助員及び指導者以外の立ち入りを禁止する。