

第31回北信越高等学校新人陸上競技大会 練習会場注意事項(案)

※練習会場日程表に従って行うこと。

1. 本競技場

(1) 開場時間

大会前日(10/22)	2日目 (10/24)	3日目 (10/25)
13:00～17:00	10:15～17:00	7:00～15:00

(2)トラックのレーンの使い方は、以下の通りとする。

・1～2レーン: 中長距離、競歩	○コーナー及びバックストレート
○ホームストレート	・3～7レーン: 短距離、リレー
・3～7レーン: 短距離、スタートダッシュ	・8レーン: 女子400mH(4台)
・8レーン: 女子100mH(6台)	・9レーン: 男子400mH(4台)
・9レーン: 男子110mH(6台)	

(3) 投擲種目については助走、ターン、グライド等の練習とし、フィールド内芝生は投擲練習不可とする。顧問が立ち会うこと。

2. 補助競技場

(1) 開場時間

大会前日(10/22)	2日目 (10/24)	3日目 (10/25)
13:00～17:00	7:00～17:00	7:00～15:00

※ 種目別に優先時間帯があるので留意すること。(別紙・練習会場使用日程表を参照)

(2)トラックのレーンの使い方は、以下の通りとする。

・1～2レーン: 中長距離、競歩	○コーナー及びバックストレート
○ホームストレート	・3～7レーン: 短距離、リレー
・3～7レーン: 短距離、スタートダッシュ	・8レーン: 女子400mH(4台)
・8レーン: 女子100mH(6台)	・9レーン: 男子400mH(4台)
・9レーン: 男子110mH(6台)	

(3) ハードル競技及びリレー競技が実施される日は、それぞれ優先レーンを増やす場合もある。

3. 室内練習場

(1) バックスタンド下1階の室内練習場については下記の通り使用すること。逆走、急な立ち止まり等で危険のないよう注意すること。メイン競技場側から奥の壁側に向けて1～5レーンとする。

← ←	男子ハードル練習用(6台)← ←	5レーン	第 2 ゲ ー ト 側
← ←	女子ハードル練習用(6台)← ←	4レーン	
← ←	SD 流し等の走練習 ← ←	3レーン	
← ←	SD 流し等の走練習 ← ←	2レーン	
→ →	戻り歩行 → →	1レーン	
メイン競技場側			

(2) 跳躍室内練習場(メインとサブトラの間の施設)については、練習会場日程表にある通り、棒高跳用マットが常時設置されているため、走幅跳40m・三段跳30mほどの助走距離しか取れません。

4. その他

(1) 練習は、各学校監督の指導のもと、指定された場所・時間帯で、事故防止に十分配慮して行うこと。

(2) 練習会場には、選手、監督、コーチ以外は立ち入らないこと。

(3) 練習会場において、牽引ロープ・ミニハードル等の用具を利用した練習は禁止する。

(4) 投擲練習については、危険が伴うので、係員の指示に従い、顧問立会いの下、十分注意して行うこと。なお、使用する投擲用具は、各自持参すること。

(5) 投擲練習のエリア(フィールド内)では、投擲以外の練習を行わないこと。

(6) すべての練習において、代理人による順番待ちは禁止とする。