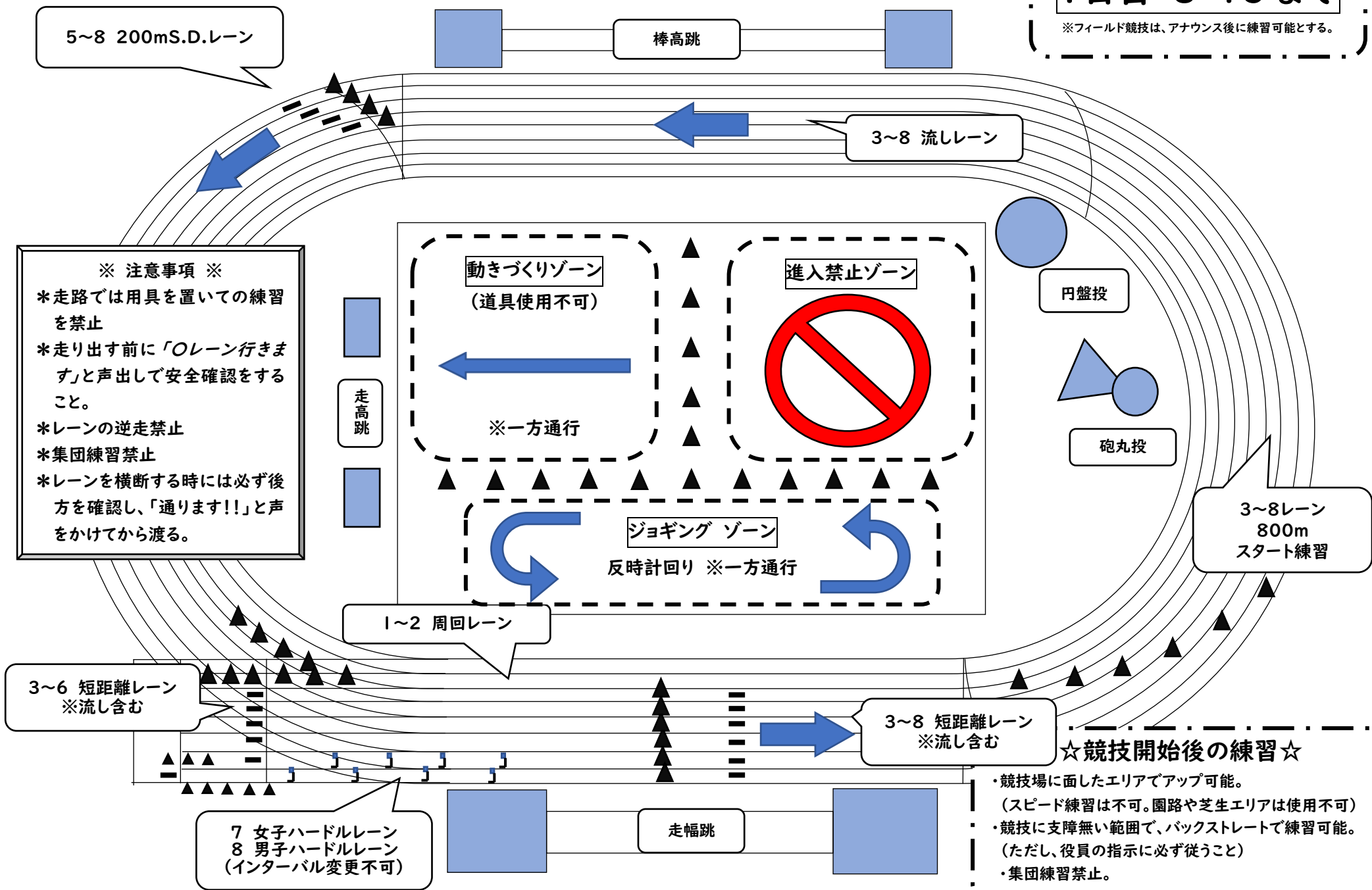


【青葉の森陸上競技場】～ウォーミングアップ会場図～

1日目 8:15まで

※フィールド競技は、アナウンス後に練習可能とする。



※ 注意事項 ※

- * 走路では用具を置いての練習を禁止
- * 走り出す前に「Oレーン行きませ」と声出して安全確認をすること。
- * レーンの逆走禁止
- * 集団練習禁止
- * レーンを横断する時には必ず後方を確認し、「通ります!!」と声をかけてから渡る。

☆競技開始後の練習☆

- ・競技場に面したエリアでアップ可能。(スピード練習は不可。園路や芝生エリアは使用不可)
- ・競技に支障無い範囲で、バックストレートで練習可能。(ただし、役員の指示に必ず従うこと)
- ・集団練習禁止。

【青葉の森陸上競技場】～ウォーミングアップ会場図～

2日目 9:20まで

※フィールド競技は、アナウンス後に練習可能とする。

5~8 200mS.D.レーン

棒高跳

3~8 流しレーン
リレー練習レーン

※ 注意事項 ※

- * 走路では用具を置いての練習を禁止
- * 走り出す前に「Oレーン行きませ」と声出して安全確認をすること。
- * レーンの逆走禁止
- * 集団練習禁止
- * レーンを横断する時には必ず後方を確認し、「通ります!!」と声をかけてから渡る。

動きづくりゾーン
(道具使用不可)

動きづくりゾーン
(道具使用不可)

※一方通行

※一方通行

ジョギングゾーン

反時計回り ※一方通行

円盤投

砲丸投

3~8レーン
800m
スタート練習

1~2 周回レーン

走幅跳

3~5 女子ハードルレーン
6~8 男子ハードルレーン
(インターバル変更不可)

☆競技開始後の練習☆

- ・競技場に面したエリアでアップ可能。
(スピード練習は不可。園路や芝生エリアは使用不可)
- ・競技に支障無い範囲で、バックストレートで練習可能。
(ただし、役員の指示に必ず従うこと)
- ・集団練習禁止。