

練習場注意事項

1) 練習について

①競技開始前

- ・競技開始前の陸上競技場内での練習可能時間は 7 時 30 分から 8 時 30 分までとする。
- ・但し棒高跳の練習は競技実施場所で競技開始時刻 2 時間前から行うことができる。
- ・事故防止のため、逆走は禁止する。
- ・リレーのバトン練習や器具を用いた練習は、周囲に声をかけ事故のないように十分注意すること。

2) 練習可能時間の割り振りは以下の通りとする。

レーン	1	2	3	4	5	6	7	8
種目	中長距離 ジョギング		短距離 (200m・400m スタート地点 SD あり)		フリー	リレー	400mH	110mH 100mH

- ・400mHについては、バックストレート同様のインターバル 35mで 3 台のハードルを設置する。
- ・ハードルは主催者側で設置する。上記の時間以外の使用は認めない。
- ・レーン以外でのハードルの使用は禁止とする

3) スターティングブロックについて

- ・スターティングブロックはレーンに設置する。
- ・スターティングブロックは主催者側で用意する。
- ・スターティングブロックの設置されているレーン以外でのスターティングブロックの使用は禁止とする。

4) 出入りについて

- ・出入口は競技場ゲート（100m スタート地点付近）のみとする。

5) その他

- ・リレーのバトン練習や器具を用いた練習は、周囲に声をかけ事故のないように十分に注意すること。
- ・キャンパス内の坂や道路で練習する場合、車両や通行人の妨げにならないように十分に注意すること。
- ・グラウンド内の芝生は投擲種目の競技終了後は使用してもよい。
- ・100m,200m の競技時は、競技の邪魔にならない範囲でバックストレートを使用してもよい。主催者の判断でスターティングブロックを設置することがある。
- ・400m,800m の競技時は、トラックの使用を禁止とする。
- ・1500m の競技時は、競技の邪魔にならない範囲でバックストレートの4～8レーンを使用してもよい。
- ・慶應義塾高等学校前の道路を使用する際は、捻挫等のケガに注意すること。
- ・事故防止のため、逆走は禁止する。
- ・その他、不明の点は大会本部に問い合わせること。