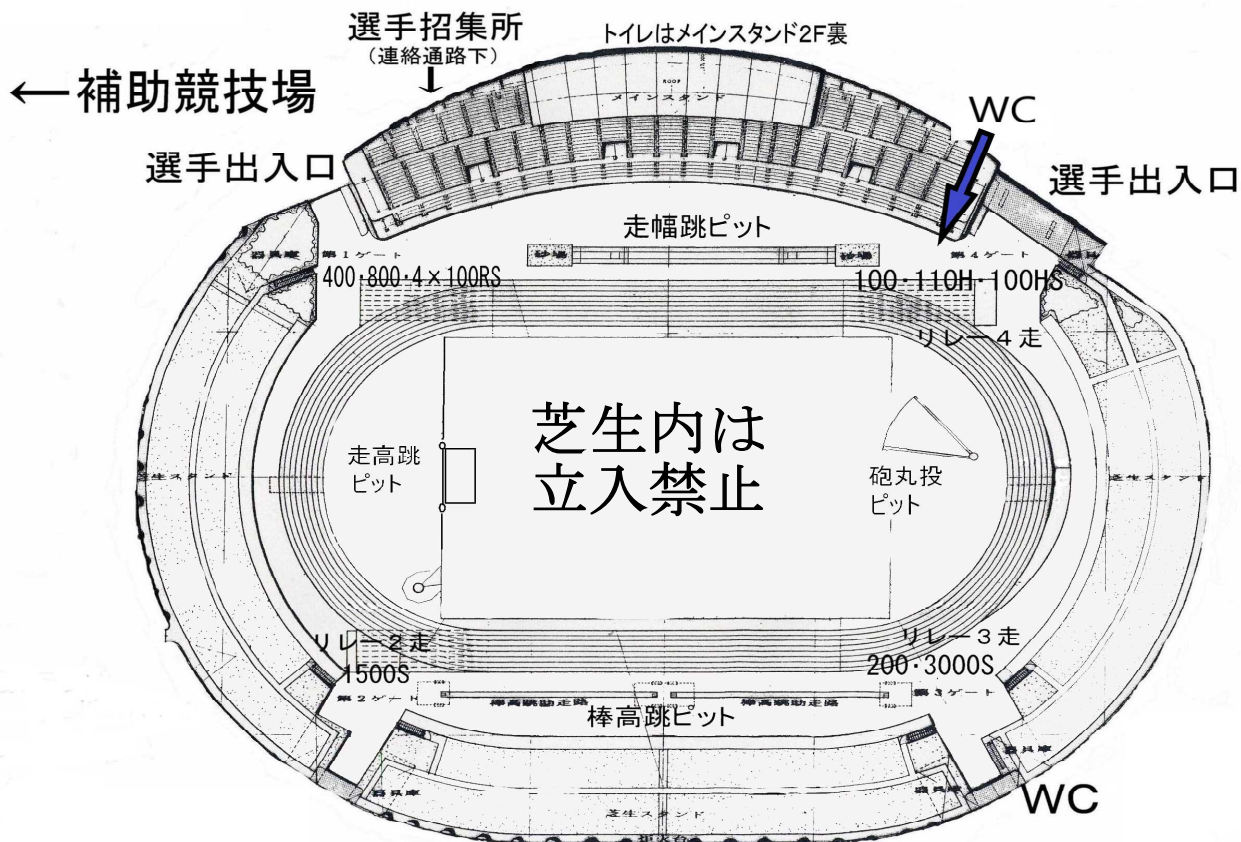


あづま陸上競技場練習区割



トラックの練習割り当て

1・2レーン	長距離 (JOG不可)
3・4レーン	流し
5・6・7レーン	スタートダッシュ (ホームストレート側)
8・9レーン	男女ハードル (ホームストレート側)
第2コーナー	5・6・7・8・9レーン バトンパス
第3コーナー	5・6・7レーン バトンパス 8・9レーン スタートダッシュ

【競技場開放時間】

8月4日 (日)	前日	13:00~17:00
8月5日 (月)	開会式	9:00~17:00
8月6日 (火)	競技1日目	7:00~ 9:00
8月7日 (水)	競技2日目	7:00~ 9:00

※ 5日 (月) 14:30~開会式終了まで練習不可

【注意事項】

1. 走り終えた選手は、周囲を確認してからレーンを離れる。
2. ウォーミングアップやクールダウンなどのゆっくりとしたジョギングはトラックの外側で行う。
3. リレーのバトン合わせの練習をする場合は、指導者が帯同する。
※バトン練習後のマーク(テーピング等)は終了後に必ず外す。
4. 砲丸投げの練習の際には必ず指導者が立ち会う。
5. 競技場内にカラーコーンと連結棒が設置してある場所の横断は禁止とする。
6. 芝生内への立ち入りは一切できません。