

**第63回全日本通信陸上新潟県大会**  
**\* 公 開 練 習 要 項 \***

全ての練習場において砲丸、ポールおよびバトン以外の練習器具の持ち込みを禁止する。

※練習器具とはミニハードル・簡易ハードル・メディシンボール等→不明な点は係員に聞いてください。

**1 本競技場（スタジアム）**

期日	7月13日（木）前日	7月14日（金）当日
時間	13:30~16:30	6:15~7:30
＜トラック＞	<b>棒高跳のみ使用可</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>◇周回1・2レーン・・・中長距離 ※W-up（Jog）として使用しない</li> <li>◇ホームストレート3~7レーン・・・短距離</li> <li>◇ホームストレート 8 レーン・・・100mH</li> <li>◇ホームストレート 9 レーン・・・110mH</li> <li>◇バックストレート第2、第3コーナーのテークオーバーゾーン3~9レーン・・・リレー</li> <li>◇トラック外周（グリーンのオールウェザー）・・・W-upのためのJog</li> </ul>		
＜フィールド＞	<ul style="list-style-type: none"> <li>◇走高跳・棒高跳・走幅跳・砲丸投は用具を設置した場所のみ練習可。</li> <li>◇砲丸投の練習は、必ず顧問の立ち会いのもと、事故のないように練習する。</li> </ul> <p>※通行も含め芝生内へは一切立ち入り禁止とする。</p>	

**2 補助競技場（スワンフィールド）変更あり 注意！**

期日	7月13日（木）	7月14日（金）当日
時間	前日	6:15~18:00
<b>開放しません</b>	<p>※改修工事につき、一部利用制限がある。注意すること。</p> <p>＜トラック＞</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◇周回1・2レーン・・・中長距離 ※W-up（Jog）として使用しないこと</li> <li>◇ホームストレート3~6レーン・・・短距離</li> <li>◇ホームストレート 7 レーン（13日・14日）・・・100mH</li> <li>◇ホームストレート 8 レーン（13日・14日）・・・110mH</li> <li>※バックストレート 7 レーン（14日 6:30~11:30 13:30~15:00）・・・100mH</li> <li>※バックストレート 8 レーン（14日 6:30~11:30 13:30~15:00）・・・110mH</li> <li>◇バックストレート第2、第3コーナーのテークオーバーゾーン3~8レーン・・・リレー</li> <li>◇トラック外周（グリーンのオールウェザー）・・・W-upのためのJog</li> </ul> <p>＜フィールド＞</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◇走高跳・走幅跳・砲丸投は用具を設置した場所のみ練習可。</li> <li>◇砲丸投の当日についてはウォームアップ場係の指示に従って練習すること。</li> </ul> <p>＜芝生内＞</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>◇利用できない。ロープで囲まれた立ち入り禁止区域には絶対に入らないこと。</li> </ul>	
場所取りもできません		

**3 屋内練習場（スタジアム内）**

期日	7月13日（木）前日	7月14日（金）当日
時間	13:30~16:00	6:30~18:00
<ul style="list-style-type: none"> <li>◇流し・ダッシュは、第2ゲート側から第3ゲート側へ的一方通行とする。</li> <li>◇3~5レーン・・・「流し」「ダッシュ」など速い動きの練習のために使用する。</li> <li>◇1~2レーン・・・スタート位置へ戻るための通路及びJogエリアとする。</li> <li>◇ハードル・リレーの練習は禁止する。</li> </ul> <p>※屋内練習場への動線は中通路~第3ゲート側から出入りすること。</p> <p>※競技の進行上、走路の一部を選手控え場所にするため、利用を制限することがある。</p>		