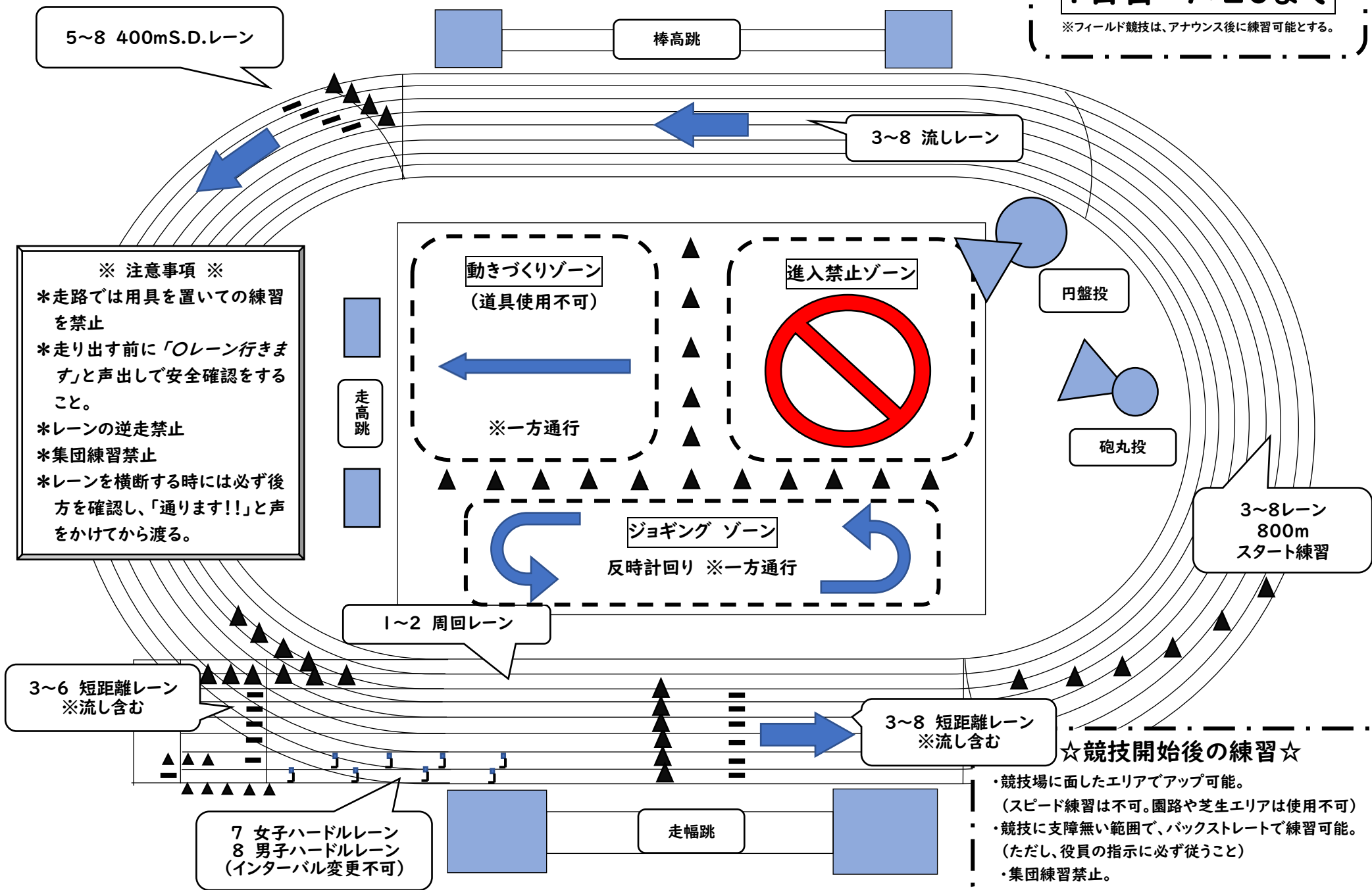


【青葉の森陸上競技場】 ~ウォーミングアップ会場図~

1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。



※ 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

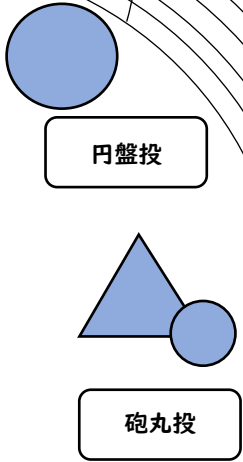
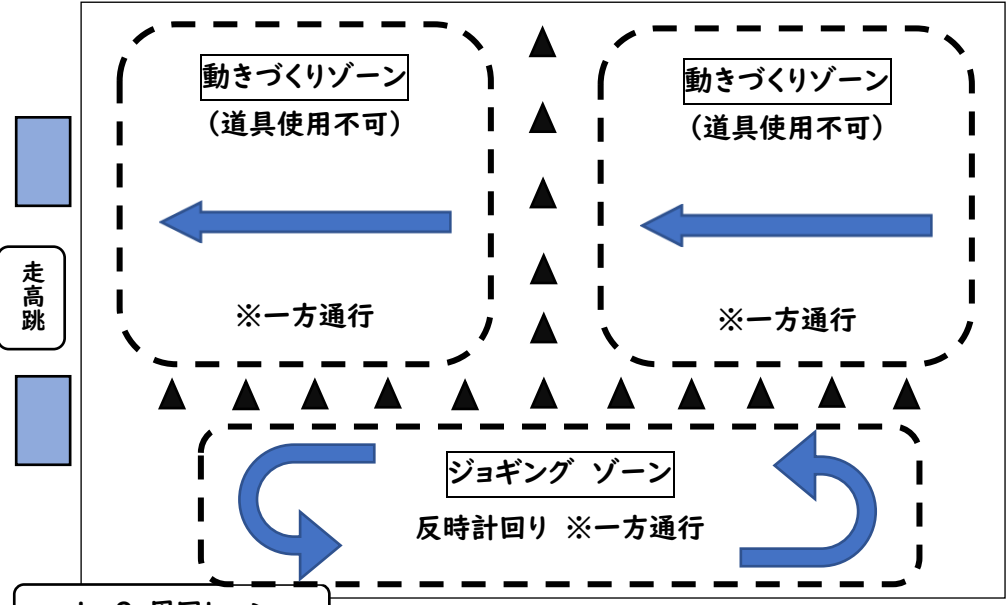
※フィールド競技は、アナウンス後に練習可能とする。

5~8 200m 400m
S.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レーン行きませう」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。



3~8レーン
800m
スタート練習

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)

走幅跳

☆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。