笠松運動公園陸上競技場　練習会場使用日程

	主競技場		補助競技場		投てき場	
	種目	時間	種目	時間	種目	時間
22日（金）	トラック	11:00～16:30	トラック	11:00～16:30	（ハンマー投の練習時間帯は使用制限あり）	
	跳躍全種目	11:00～16:30	走高跳		ハンマー投	11:00～15:00
	棒高跳（女）	11:00～13:45	走幅跳		砲丸投	11:00～13:00
	棒高跳（男）	13:45～16:30	三段跳			
	円盤投	11:00～13:00				
	砲丸投	13:00～15:00				
	やり投	13:00～15:00				
23日（土）	トラック	7:30～8:30	トラック	7:30～17:30	（ハンマー投の競技・練習時間帯は使用制限あり）	
	走高跳		走高跳		ハンマー投（男）	7:30～8:30
	走幅跳		走幅跳		やり投（女）	12:00～13:00
	円盤投（女）		三段跳		砲丸投（男）	12:00～12:30
	砲丸投（男）				砲丸投（女）	13:00～14:00
					円盤投	13:00～14:00
					ハンマー投	14:00～15:00
					やり投	15:00～16:00
24日（日）	トラック	7:30～8:30	トラック	7:30～16:30	（ハンマー投の競技・練習時間帯は使用制限あり）	
	走高跳		走高跳		ハンマー投（女）	7:30～8:30
	三段跳		走幅跳		やり投（男）	12:00～13:00
	円盤投（男）		三段跳		砲丸投（女）	12:00～12:30
	砲丸投（女）					

練習会場留意事項

□上記の場所・時間を厳守すること。監督会議で説明

□練習は、下記の場所と時間を厳守し、競技役員・練習会場係の指示に従い行うこと。

□投てき練習用具は、各自で用意すること。また、事故防止に努めること。

□牽引走・逆走は厳禁とする。事故防止に努めること。

□主競技場トラック使用区分　　※スターティングブロック設置場所（2か所）　➡　100mスタート位置　/　第1曲走路入口

◇1～3レーン　　中・長距離・競歩

◇4～7レーン　　短距離・リレー

◇8レーン　　ホームストレート　100mH　　バックストレート　400mH（女子）

◇9レーン　　ホームストレート　110mH　　バックストレート　400mH（男子）

□補助競技場使用区分　　※スターティングブロック設置場所（2か所）　➡　100mスタート位置　/　第1曲走路入口

◇1・2レーン　　中・長距離・競歩

◇3～6レーン　　短距離・リレー

◇7レーン　　ホームストレート　100mH　　バックストレート　400mH（女子）

◇8レーン　　ホームストレート　110mH　　バックストレート　400mH（男子）