

練習場注意事項

○練習時間について

① 競技開始前

- ・陸上競技場内での練習は 12:00 から 14:45 までとする。
- ・棒高跳の練習のみ 14:00 から競技実施場所で行うことができる。
- ・陸上競技場の芝生内での練習も可能とする。(ただし、やり投~円盤投の間の時間は、競技設営のため、競技時間中でなくとも芝生内での練習は不可とする。)

②競技時間中

- ・100m,200m の競技時間中は、競技の邪魔にならない範囲でバックストレートでの練習を可能とする。
- ・400m,400mH,800m,4×100mR,4×200mR の競技時間中は、トラックでの練習を禁止とする。
- ・1500m の競技時間中は、競技を遮らない範囲で、バックストレートの 4-7 レーンでの練習を可能とする。尚、ホームストレートでの練習は禁止とする。(写真判定、応援の妨げとなるため)
- ・投擲競技の競技時間中は、フィールド内での練習を禁止とする。

○練習時間レーン割り当て

練習時間中(12:00~14:45)のレーンの割り当ては、以下の表の通りとする。

12:00~14:45	1	2	3	4	5	6	7	8
ホームストレート	中長距離	短距離			短距離 (100m スタートにブロック設置)		フリー	
バックストレート		短距離	短距離 (400m スタートに ブロック設置)	女子 400mH (ブロック設置) (ハードル 5 台まで)	男子 400mH (ブロック設置) (ハードル 5 台まで)	通路		
0~100 コーナー								
200~300 コーナー		短距離			短距離 (200mスタートにブロック設置)			

競技時間中(女子 OP100m~)のレーン割り当ては、以下の表の通りとする。

女子 OP100m~	1	2	3	4	5	6	7	8
ホームストレート	使用禁止							
バックストレート	フリー	短距離 (直線スタートにブロック設置)			女子100mH (ブロック設置) (ハードル5台設置)	男子110mH (ブロック設置) (ハードル5台設置)	通路	
0~100 コーナー		フリー			短距離 (400 スタートに ブロック設置)	フリー		
200~300 コーナー					短距離 (200 スタートに ブロック設置)			

- ・400mH はスタートから 5 台目まで設置する。
- ・ハードルの設置は主催者側で設置する。上記以外でのハードルの使用は基本的に認めない。なお、バックストレートに設置する 100mH,110mH に関しては、主催者側で手動でハードルの間隔を計測し設置する。
- ・スターティングブロックは、主催者側で設置する。上記以外でのスターティングブロックの使用は基本的に認めない。また、スターティングブロックが不要な場合は、適宜レーンの外に出しておくなど、他の選手の妨げにならないように注意すること。
- ・バックストレートは、12:00～14:45 は芝生内を通り、競技時間中は 7 レーンを通ること。

○競技場出入口に関して

選手・サポート・観客の方々の出入口は、競技場入口(100m スタート付近)のみとする。

○その他

- ・リレーのバトン練習、その他器具を用いた練習は、周りに十分注意し、他の選手の妨げにならないように配慮すること。
- ・キャンパス内の坂や道路で練習を行う場合は、車両や通行人の妨げにならないように十分注意すること。
- ・その他不明な点があったら、大会本部に問い合わせること。
- ・事故防止のため、逆走は禁止とする。

2026 年 8 月 03 日更新