

ウォーミングアップ会場とその形態

※アップ場所が少ないため、混雑が予想されます。jog や動き作りの場所が十分にありません。競技場外周は駐車場でもあるので、事故のないようにお願いします。

	アップ会場	該当種目	利用可能なアップ形態
①	陸上競技場外周 (第1～第4～第3～第2ゲート間)	全種目	jogなどのウォーミングアップ ※駐車場なので、注意して使用する ※道具は置かないで使用する
②	直線走路 130m (2分割) 6レーン	短距離	ショートスプリント・SD ※ウォーミングアップ等は外周で
	直線走路 ハードルレーン (育英側)	ハードル 混成ハードル	ハードル優先時間 1日目 男子四種、男110mH予選 8:00～9:10 女子四種 10:00～11:05 男子110mH決勝 14:10～15:10
	直線走路 (2分割) のリレーゾーン	リレー決勝のみ (1日目・2日目)	リレー優先時間 (前走者30m+次走者30m) 1日目 女4×100mR決勝 14:15～15:40 2日目 男4×100mR決勝 12:35～14:00
③	本トラック バックストレート外 エンジゾーン	ハードル 混成ハードル	2日目 女子100mH予選 8:00～9:10 女子100mH決勝 ～13:25 男女1年100mH決勝 ～13:10
④	本トラック 第2コーナー～ ～バックストレート～ ～第3コーナー	全種目可だが、リレー優先時間帯はリレー優先	1日目 8:30～9:45(女子リレー優先)、11:40～13:00 2日目 8:30～9:50(男子リレー優先)、11:10～12:10、 13:10～14:10(男子リレー優先) ※競技進行を優先し、スタート時は静かにすること
⑤	本トラック 走高跳ピット 走幅跳ピット 棒高跳ピット 砲丸投ピット ※棒高跳は現地集合	走高跳 走幅跳 棒高跳 砲丸投 混成競技	それぞれの技術練習・足合わせ等 招集を早めに行い、公式練習の時間を多めにとる。 <フィールド競技 各ピット> 準備でき次第、競技に支障がない範囲で使用可能 ※ピットに審判の先生がいる場合のみ使用可とする
⑥	室内走路 (100m スタート側半分)	原則、使用不可	走幅跳の出場選手のみ競技中利用可能。荒天時は、開放する場合がある。その際は、ウォーミングアップ会場系の指示に従って使用すること。

★直線走路7レーン (130m)

およびバックストレート外側の使い方★

②の配置図

医療センター側

仙台育英高側	ブロック SDレーン →	○ ○	ショートスプリントレーン ←	ヘリポート側
	ブロック SDレーン →	カラーコーン	ショートスプリントレーン ←	
	ブロック SDレーン →	○ ○	ショートスプリントレーン ←	
	ショートスプリントレーン →	○ ○	ブロック SDレーン ←	
	ショートスプリントレーン →	○ ○	ブロック SDレーン ←	
	ショートスプリントレーン →	○ ○	ブロック SDレーン ←	

※競技場側の1レーンは通路として利用

競技場側

ハードル優先時間

医療センター側

仙台育英高側	～戻りレーン～	○ ○ カラーコーン	ショートスプリントレーン ←	ヘリポート側
	ブロック ハードルレーン →短インターバル		ショートスプリントレーン ←	
	ブロック ハードルレーン →短インターバル	○ ○	ショートスプリントレーン ←	
	～戻りレーン～	○ ○	ブロック SDレーン ←	
	ブロック ハードルレーン →		ブロック SDレーン ←	
	ブロック ハードルレーン →	○ ○	ブロック SDレーン ←	

※競技場側の1レーンは通路として利用

競技場側

リレー優先時間

医療センター側

仙台育英高側	ブロック SDレーン →	○ ○ カラーコーン	バトンパスレーン ←	ヘリポート側
	ブロック SDレーン →		バトンパスレーン ←	
	ブロック SDレーン →	○ ○	バトンパスレーン ←	
	ショートスプリントレーン →	○ ○	バトンパスレーン ←	
	ショートスプリントレーン →		バトンパスレーン ←	
	ショートスプリントレーン →	○ ○	バトンパスレーン ←	

※競技場側の1レーンは通路として利用

競技場側

③の西配置図

