

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)	全競技	j o g などのウォーミングアップ ※駐車場になってるので、十分注意して使用する ※道具は置かないで使用する
② (※)	直線走路 150m (2分割) 6レーン ※1レーンは戻りレーン	短距離 リレー (1日目・3日目)	ショートスプリント・SD 1日目・3日目バトンパス (前走者 30m+次走者 30m) ※ウォーミングアップ等は外周で行うこと
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	ハードルドリル S～1台・S～3台 1日目男子ハードルのみ 2日目男女ハードル 3日目女子ハードルのみ ※ウォーミングアップ等は外周で行うこと
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 または 直線走路 (2分割) のリレーゾーン	短距離 リレー予選・準決 (1日目・3日目)	1日目 (リレーバトンパス優先) 8:00～9:00 12:35～14:55 2日目 (動き作り・流し優先) 8:00～9:20 10:00～11:25 12:15～13:45 3日目 (リレーバトンパス優先) 8:00～9:20 11:10～11:30 12:45～13:00 ※ウォーミングアップ等は外周で行うこと ※競技進行優先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 砲丸投ピット 棒高跳ピット ※棒高跳びは現地集合	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> ○朝：準備でき次第、支障が無い範囲で使用可 ○競技間：競技進行に支障の無い範囲で使用可 ※ただし、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使用可。 ※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係の指示に従って使用すること。

★直線走路 7 レーン (150m)
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 →	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 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 ←	
	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

<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 (※) の配置図

芝スタンド

中央階段

芝スタンド

ブロック→ I I I I I *短インターバル専用レーンも設置する

ブロック→ I I I I I

ブロック→ I I I I I

ブロック→ I I I I I

← 8 レーン ←

バックストレート

*ウォーミングアップ状況に応じて、配置は変更する場合があります