

# 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<br>(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<br>※駐車場なので、注意して使用する<br>※道具は置かないで使用する                                                                                                                   |
| ② | 直線走路<br>150m (2分割)<br>4レーン                                 | 短距離                              | ショートのスプリント・SD<br>※ウォーミングアップ等は外周で<br>※リレーの時間帯は、利用注意                                                                                                                     |
|   | 直線走路 (2分割)<br>のリレーゾーン                                      | リレー決勝のみ<br>(1日目・2日目)             | (前走者 30m+次走者 30m)<br>1日目 女4×100mR 決勝 13:00～15:00<br>2日目 男4×100mR 決勝 12:30～13:35                                                                                        |
| ③ | 本トラック<br>バックストレート外<br>エンジンゾーン                              | ハードル<br>混成ハードル                   | S～1台, S～3台<br>1日目 男子110mH予選, 男子四種 8:00～9:20<br>女子四種 ～11:10<br>男子110mH決勝 ～15:00<br>2日目 女子100mH予選 8:00～9:15<br>女子100mH決勝 ～13:30<br>男女1年100mH決勝 ～13:20<br>※ウォーミングアップ等は外周で |
| ④ | 本トラック<br>第2コーナー～<br>～バックストレート～<br>～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 8:30～9:40(女子リレー優先)<br>11:35～13:00<br>2日目 8:30～9:50(男子リレー優先)<br>10:50～12:00<br>13:00～14:05(男子リレー優先)<br>※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<br>走高跳ピット<br>走幅跳ピット<br>棒高跳ピット<br>砲丸投ピット<br>※棒高跳は現地集合 | 走高跳<br>走幅跳<br>棒高跳<br>砲丸投<br>混成競技 | それぞれの技術練習・足合わせ等<br>招集を早めに行い、公式練習の時間を多めにとる。<br><br><フィールド競技 各ピット><br>準備でき次第、競技に支障がない範囲で使用可能<br>※ただし、ピットに審判の先生がいる場合のみ使用可能とする                                             |
| ⑥ | 室内走路<br>(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。                                                                                                       |

## およびバックストレート外側の使い方★

## 医療センター側

|                            |                 |                                                                                              |                 |                            |
|----------------------------|-----------------|----------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|----------------------------|
| 仙<br>台<br>育<br>英<br>高<br>側 | ブロック SDレーン →    | <div>○ ○</div> <div>カラーコーン</div> <div>○ ○</div> <div>○ ○</div> <div>○ ○</div> <div>○ ○</div> | ショートのスプリントレーン ← | へ<br>り<br>ポ<br>ー<br>ト<br>側 |
|                            | ブロック SDレーン →    |                                                                                              | ショートのスプリントレーン ← |                            |
|                            | ブロック SDレーン →    |                                                                                              | ショートのスプリントレーン ← |                            |
|                            | ショートのスプリントレーン → |                                                                                              | ブロック SDレーン ←    |                            |
|                            | ショートのスプリントレーン → |                                                                                              | ブロック SDレーン ←    |                            |
|                            | ショートのスプリントレーン → |                                                                                              | ブロック SDレーン ←    |                            |
|                            | ショートのスプリントレーン → |                                                                                              | 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 ← | へりポート側 |
|        | 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

## 芝スタンド

## 中央階段

芝スタンド

ブロック→           】           】           】           】           】←短インターバル専用レーン

ブロック→           】           】           】           】           】

ブロック→           】           】           】           】           】

---

← 8 レーン ←

バックストレート