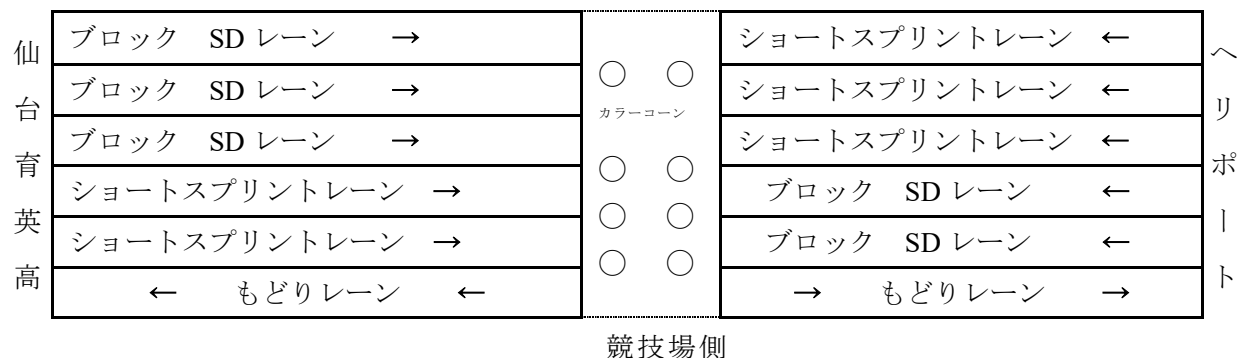


ウォーミングアップ会場とその形態

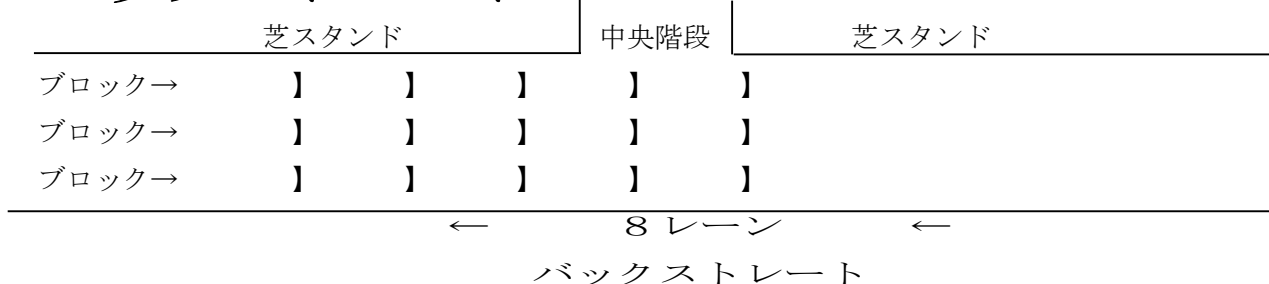
※アップ場所が少ないため、混雑が予想されます。jog や動き作りの場所が十分にありません。競技場外周は駐車場でもあるので、事故のないようにお願いします。

	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 150m (2分割) 4レーン	短距離	○ショートスプリント ※ウォーミングアップ等は外周で
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	○ハードルドリル 男子ハードル 女子ハードル ※ハードルの規格を確認すること ※ウォーミングアップ等は外周で
④	バックストレート	全種目可	○直線競技時のみ使用可 ※ウォーミングアップ等は外周で ※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 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 砲丸投 棒高跳	○それぞれの技術練習・足合わせ等 ※招集を競技開始60分前とし、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します。
⑥	室内走路	<u>立入禁止</u>	競技場改修工事のため、立入禁止。

直線走路5レーン 医療センター側



バックストレート



競技場周辺図



《ウォーミングアップについて》

- ・ 競技場正面（第1～第2ゲート間）でのウォーミングアップは禁止とする。
- ・ 競技場周辺でのウォーミングアップは、jog・ドリルのみとし、道具類は使用しないこと。
- ・ 直線走路および本トラック内でのウォーミングアップは、使用区分を厳守すること。
- ・ 投てき練習は、メディシンボール等も含め公園内では一切禁止とする。

《テント等設置につて》

- ・ 競技場内にテントを設置する場合は、芝スタンドのみとする。その際、通路をふさがない様に注意すること。
- ・ 競技場周辺にテントを設置する場合は、上記の設置可能区域内のみに設置すること。

選手動線

