

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・SD ※ウォーミングアップ等は外周で ※リレーの時間帯は、利用注意
	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)	(前走者 30m+次走者 30m) 1日目 女 4×100mR 決勝 12:30～14:30 2日目 男 4×100mR 決勝 12:00～13:25
③	本トラック バックストレート外 エンジンゾーン	ハードル 混成ハードル	S～1台, S～3台 1日目 男子 110mH予選, 男子三種 8:00～ 9:55 女子三種 ～10:05 男子 1年 100mH 決勝 ～14:25 男子 110mH決勝 ～14:35 2日目 女子 100mH予選 8:00～10:20 女子 1年 100mH決勝 ～11:55 女子 100mH決勝 ～13:30 ※ウォーミングアップ等は外周で
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 8:30～9:20(女子リレー優先) 11:20～12:35 2日目 8:30～9:20(男子リレー優先) 10:35～12:25 13:55～14:05(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 ※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	使用不可	今年度は会場の大規模改修工事に伴い、使用することはできない。

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 台 育 英 高 側	ブロック SDレーン →	○ ○ カラーコーン	ショートのスプリントレーン ←	へ り ポ ー ト 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