

第89回 北海道陸上競技選手権大会 公開練習要項

本競技場

1、日 時

7月15日(金) 9:00～17:00

2、使用方法

(1) ホームストレート

1～2レーン	中長距離
3～6レーン	短距離
7レーン	女子100mH
8レーン	男子110mH

(2) バックストレート

1～2レーン	中長距離
3～6レーン	短距離(スピード練習)
7レーン	女子400mH
8レーン	男子400mH

(3) フィールド内

・やり投、円盤投は、フィールド内で下記の時間帯・決められたピットで練習ができます。

(練習時間)	やり投	円盤投
	9:00～10:30	10:30～12:00
	12:00～13:30	13:30～15:00
	15:00～16:00	16:00～17:00

- ・走幅跳、走高跳は、用具を設置したピットのみ練習可とします。
- ・砲丸投、ハンマー投は、本競技場では練習はできません。サブ投擲てき練習場で練習ができます。
- ・事故には、十分注意をしてください。必ず顧問及び責任者が付くようにしてください

3、注意事項

- (1) 競技場内へのハードル、スターティングブロック、ミニハードル等、私物用具の持ち込みを禁止します。
- (2) フィールド以外の逆走は禁止します。
- (3) 競技場内には、原則として競技者、監督、コーチ以外の立ち入りを禁止します。
- (4) 競技期間中は、以下の通り、競技場を解放します。
 - ・7月16日(土) 7:00～8:00 (1日目競技種目 やり投・砲丸投のみ)
ハンマー投7:00～8:00 はサブ投擲練習場
競技終了～18:00
 - ・7月17日(日) 7:00～8:30 (2日目競技種目 円盤投7:00～7:45 やり投7:45～8:30)