

第92回 北海道陸上競技選手権大会 公開練習要項

1、公開練習日時

- 8月 9日(金) 9:00~17:00 (受付は9:30~)
- 8月10日(土) 7:00~8:30 (1日目競技種目・やり投・砲丸投のみ)
※投擲練習場(呼人)については、9:00~17:00使用可能
競技終了後~18:00
- 8月11日(日) 7:00~8:00 (2日目競技種目・やり投 7:00~7:25 円盤投 7:30~7:55)
※投擲練習場(呼人)は使用不可

2、練習場所区分

(1) ホームストレート

- 1~2レーン 周回練習(ただし、アップジョグは禁止)
- 3~6レーン スタート練習 ※ 5・6レーンスタブロ設置
- 7レーン 女子100mH ※ スタブロ設置
- 8レーン 男子110mH ※ スタブロ設置
- 9レーン 使用禁止

(2) バックストレート

- 1~2レーン 周回練習(ただし、アップジョグは禁止)
- 3~6レーン リレー・スピード練習
- 7レーン 女子400mH ※ スタブロ設置
- 8レーン 男子400mH ※ スタブロ設置
(200mスタート地点にもスタブロ設置)

(3) 8月9日の投擲練習について

- ・砲丸投は、本競技場のフィールド内で決められたピットで練習ができます。(9:00~17:00)
- ・砲丸投以外(やり投、ハンマー投、円盤投)の練習は呼人スポーツ・トレーニングフィールドの投擲練習場にて行ってください。(13:00~17:00)(住所:網走市字呼人705-2)
本競技場では練習できません。
- ・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

(4) 8月9日の跳躍練習について

- ・走幅跳、三段跳、走高跳、棒高跳は、用器具を設置したピットで練習ができます。
時間帯は以下の通りです。
走幅跳、走高跳・・・9:00~17:00
棒高跳・・・9:00~16:00
三段跳・・・(男子) 9:00~10:50 13:00~14:50
(女子) 11:00~12:50 15:00~16:50

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) トラック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。