

練習会場使用日程の追加について

※ 部分の練習日程を追加しました。

会場	三重交通G スポーツの社 伊勢					宇治山田商業高校	皇學館大学
	陸上競技場	補助競技場	投てき場 (本競技場大型映像後方)	多目的広場 (本競技場200mスタート奥)	バックスタンド下雨天走路		
トラック	○	○	×	○(ハードルのみ)	○	×	○
跳躍	○	○	×	×	×	×	○
投てき	×	×	円盤・ハンマー・女やり投	砲丸・やり投	×	円盤・女ハンマー	×
7月31日(火)	トラック 9:00～17:00 跳躍 9:00～16:30	トラック 9:00～17:00 跳躍 9:00～16:30 高・棒高・幅Aピット・三段Bピット	ハンマー投(男) 10:00～13:00 ハンマー投(女) 13:00～16:00	やり投(男) 10:00～13:00 やり投(女) 13:00～16:00 砲丸投(女) 10:00～13:00 砲丸投(男) 13:00～16:00 トラック 9:00～17:00	9:00～17:00	円盤投(男) 10:00～13:00 円盤投(女) 13:00～16:00	トラック 9:00～16:00 跳躍 9:00～16:00 (幅・三段のみ) 閉鎖16:30
8月1日(水)	トラック 9:00～17:00 跳躍 9:00～16:30	トラック 9:00～17:00 跳躍 9:00～16:30 高・棒高・幅Aピット・三段Bピット	ハンマー投(男) 7:30～16:00 ハンマー投(女) 14:00～16:00 円盤投(男) 16:00～18:00 円盤投(女) 16:00～18:00	砲丸投(女) 7:30～16:00 砲丸投(男) 14:00～16:00 八種砲丸投(男) 7:30～16:00 やり投(男) 9:00～16:00 やり投(女) 9:00～16:00 トラック 9:00～17:00	9:00～17:00	使用不可	トラック 9:00～16:00 跳躍 9:00～16:00 (幅・三段のみ) 閉鎖16:30
8月2日(木) (1日目)	棒高跳 7:30～8:20 開始式のため その他使用不可 開始式 8:30～	トラック 7:30～19:20 跳躍 7:30～17:00 高・棒高・幅Aピット・三段Bピット	ハンマー投(男) 7:30～15:50 ハンマー投(女) 15:50～18:00	八種砲丸投(男) 7:30～9:00 八種やり投(男) 7:30～9:00 砲丸投(女) 7:30～14:45 砲丸投(男) 14:45～17:00 やり投(男) 9:00～16:00 やり投(女) 9:00～16:00 トラック 7:30～19:20	7:30～19:20	円盤投(男)8:30～13:30 円盤投(女)12:00～13:30 ※シャトル運行 行8:00～12:00毎時0分・5便 帰9:30～13:30毎時30分・5便	トラック 9:00～16:00 跳躍 9:00～16:00 (幅・三段のみ) ※シャトル運行 行8:30～14:30毎時30分・7便 帰10:00～16:00毎時0分・7便 閉鎖16:30
8月3日(金) (2日目)	トラック 7:30～9:00 男棒高跳 7:30～10:00 男走幅跳 7:30～8:30 女走高跳 7:30～8:30	トラック 7:30～20:00 跳躍 7:30～17:00 高・棒高・幅Aピット・三段Bピット	円盤投(男) 7:30～15:55 ※ただし、11:25～13:30使用禁止 ハンマー投(女) 16:00～18:00 ☆八種やり投(男)競技中 10:50～13:20	八種やり投(男) 7:30～9:00 七種砲丸投(女) 7:30～13:00 砲丸投(男) 13:00～16:00 やり投(男) 9:00～12:30 やり投(女) 12:30～16:00 トラック 7:30～20:00	7:30～20:00	円盤投(女)8:30～13:30 ※シャトル運行 行8:00～12:00毎時0分・5便 帰9:30～13:30毎時30分・5便	トラック 9:00～16:00 跳躍 9:00～16:00 (幅・三段のみ) ※シャトル運行 行8:30～14:30毎時30分・7便 帰10:00～16:00毎時0分・7便 閉鎖16:30
8月4日(土) (3日目)	トラック 7:30～9:00 女棒高跳 7:30～10:00 女走幅跳 7:30～8:30	トラック 7:30～20:00 跳躍 7:30～17:00 高・棒高・幅Aピット・三段Bピット	円盤投(女) 7:30～15:45	七種砲丸投(女)7:30～9:00 砲丸投(男) 9:00～13:00 七種やり投(女)7:30～9:00 やり投(男) 7:30～13:00 やり投(女) 13:00～16:00 トラック 7:30～20:00	7:30～20:00	ハンマー投(女)8:30～13:30 ※シャトル運行 行8:00～12:00毎時0分・5便 帰9:30～13:30毎時30分・5便	トラック 9:00～16:00 跳躍 9:00～16:00 (幅・三段のみ) ※シャトル運行 行8:30～14:30毎時30分・7便 帰10:00～16:00毎時0分・7便 閉鎖16:30
8月5日(日) (4日目)	トラック 7:30～9:00 男走高跳 7:30～8:30 女棒高跳 7:30～9:30 女走幅跳(七種)7:30～8:30 女三段跳 7:30～8:30	トラック 7:30～20:00 跳躍 7:30～17:00 高・棒高・幅Aピット・三段Bピット	やり投(女)7:30～13:00 ハンマー投(女)13:00～16:20 ☆七種やり投(女)競技中 14:30～17:00	やり投(男)7:00～14:20 七種やり投(女)7:30～10:00 砲丸投(男)7:30～13:00 トラック 7:30～20:00	7:30～20:00	使用不可	トラック 9:00～16:00 跳躍 9:00～16:00 (幅・三段のみ) ※シャトル運行 行8:30～14:30毎時30分・7便 帰10:00～16:00毎時0分・7便 閉鎖16:30
8月6日(月) (5日目)	トラック 7:30～9:00 男三段跳 7:30～8:30	トラック 7:30～17:30 跳躍 7:30～13:30 三段A・Bピット	やり投(女)7:30～14:50	砲丸投(男) 7:30～14:25 トラック 7:30～17:30	7:30～17:30	使用不可	使用不可

【三重交通G スポーツの社 伊勢 ウェイトトレーニング場の利用について】

7月31日(火)～8月1日(水)	9:00～17:00
8月2日(木)	8:00～19:00
8月3日(金)～8月5日(日)	8:00～20:00
8月6日(月)	8:00～17:00

※ウェイトトレーニング場への入場にはIDカードが必要です。
※各日とも利用時間を厳守すること。

練習会場での注意事項

※上記記載の練習時間は、クーリングダウンを含んだ時間を示している。

1. 練習は各校監督の指導のもと、上記の練習会場で指定された時間帯で行い、事故防止に十分配慮すること。
2. 練習会場には選手・監督・コーチ以外は立ち入らないこと。(入場の際はIDを提示すること)
3. 練習会場では危険が伴うので、係員の指示に従い十分注意して行うこと。なお、使用する投てき用具は、各自持参すること。
4. トラック競技およびフィールド競技の練習において、代理人による順番待ちを禁止する。
5. 各練習会場のトラックにおいて、牽引ロープ・ミニハードル・マーカーコーン等を利用した練習は禁止する。(他の選手の練習の妨げになる)
6. 各練習会場のレーン使用については次のとおりとする。
 - (1)陸上競技場
 - ・1～2レーン・・・タイムトライアル用 3～7レーン・・・流し用(バトンパスも含む) 8～9レーン・・・ハードル用
 - (2)補助競技場
 - ・1～2レーン・・・タイムトライアル用 3～6レーン・・・流し用(バトンパスも含む) 7～8レーン・・・ハードル用
 - ・フィールド内はウォーミングアップ専用とする。
 - ・大会3日目までは400mHを設置する。100mH・110mHは多目的広場に設置する。
 - (3)多目的広場
 - ・ホームストレートに100mH・110mHを設置する。補助競技場には設置しない。
 - (4)バックスタンド下雨天走路
 - ・走種目のみ(スターティングブロック使用不可)
7. 全天候舗装の走路は、9mm以下のスパイクを使用すること。ただし、走高跳・やり投については12mm以下とする。
8. 各練習会場において、全日程を通して競技の終了した種目の用器具は準備しない。
9. バックスタンド下雨天走路については以下のように使用し、衝突等に十分気をつけること。

雨天練習場の使用について (バックスタンド下)

