

別紙：練習会場の利用について

《大会期間中の練習会場利用日程》

会場	活動エリア	大会前日 9月21日(土)	大会当日 9月22日(日)
国立競技場	開場時間	11:00～17:30	8:00～18:30
	コンコース(4F)	※都道府県ごとに時間指定 ■使用目的 ジョギング・ドリル	8:30～16:30
	トラック (バックストレート)	※都道府県ごとに時間指定 ■使用目的 リレー選手の練習	×(使用不可)
	トラック (ホームストレート)	※都道府県ごとに時間指定 ■使用目的 100m/コンバインド選手の練習	×(使用不可)
	走幅跳(バックスタンド側)	※都道府県ごとに時間指定 ■使用目的 走幅跳の助走合わせ、跳躍練習	×(使用不可)
	走高跳 (Aゾーン)	※都道府県ごとに時間指定 ■使用目的 走高跳の助走合わせ、跳躍練習	×(使用不可)
	ジャベリックボール投 (Bゾーン)	×(使用不可) 終日、集合写真撮影	×(使用不可)
	室内練習場(B2F)	※都道府県ごとに時間指定 ■使用目的 ハードル選手の練習	8:30～16:30
東京体育館 陸上競技場	開場時間	×(使用不可)	9:00～16:00
	トラック(道路側)	×(使用不可)	○
	トラック(建物側)	×(使用不可)	○
	多目的コート (インフィールド)	×(使用不可)	○

- 練習は指定された場所・時間でおこない、競技役員の指示に従ってください。  
※活動する際は、指導者は各エリアに立ち会い、安全管理を徹底することに加え、他の指導者とも連携し、お互いに活動がしやすいように配慮に努めてください。
- 指定された練習場所以外でのウォーミングアップ等は、禁止とします。  
※国立競技場1Fコンコース、B2Fの招集所周辺やリング通路(道路)でのウォーミングアップはできません。  
※競技場外周や明治公園などでのウォーミングアップは禁止とします。
- リレーのバトンを除く練習道具の持ち込み・使用は禁止とします。また、バトンの使用についても、指定されたエリア以外での使用やパス練習は禁止とします。
- ジャベリックボール投は前日・当日ともに投てき練習・助走練習は実施できません。招集後、会場内で公式練習が行えます。
- 走高跳および走幅跳は前日練習の実施は可能ですが、当日の召集時間前は助走練習、跳躍練習ともに実施はできません。招集完了後、公式練習が行えます。
- 9月21日(土)、前日練習の会場は、国立競技場内のみとなります。都道府県ごとに利用可能エリアを時間指定しますので別紙「都道府県別行動表」をご参照ください。
- 9月22日(日)は、東京体育館陸上競技場及び陸上競技場内の多目的コート(インフィールド)を男女混合リレー及び100mのウォーミングアップエリアとして開放します。
- 練習会場内での場所取りは、禁止とします。
- 練習会場では、食べ物の持ち込み及び食事は禁止です。
- 雨天時についても、同様の運用とします。

## 別紙：練習会場の利用について

《9月21日（土）大会前日の練習について》

■練習時間 12:00～17:00

活動エリア及び活動に関する注意事項は以下の通りです。

活動エリア	活動内容	詳細情報
コンコース(4F)	ジョギング、 ストレッチ	反時計回り ※バトンを含む練習道具持ち込み禁止
トラック(バックストレート)	リレー、バトンパス	1～3レーン：スプリント練習（流し）、 バトンを使った流し 5～8レーン：バトンパス 4・9レーン：使用しない。
トラック(ホームストレート)	ドリル、 流し(ダッシュ)、 スタートダッシュ	1～3レーン：スプリント練習（流し） 5～8レーン：スタートダッシュ
フィールド(走幅跳)	走幅跳	Aピット（スタンド側） Bピット（トラック側） ※ピットの選択は自由
フィールド(Aゾーン)	走高跳	ピットを2つ設置： 1m00～1m30、1m25～1m45以上 ※ピット選択および変更可 ※ジャベリックボール投の練習不可
フィールド(Bゾーン)	集合写真撮影	使用不可
室内練習場(B2F)	ハードル	1～3レーン：ハードル練習 スタブロ練習含む 4・5レーン：スタブロ練習・ダッシュ 6レーン：流し、ダッシュ ※バトンを含む練習道具持ち込み禁止

①練習会場へは、ADカード保有者のみアクセスができます。

※選手団受付時に配布されるADカードを必ず持参してください。

②4Fコンコースへは、Eゲート付近のEVまたは階段でアクセスできます。

③B2Fへのアクセスは、Gゲート外のトンネルより、アクセスができます。

④指定されたエリア以外での活動や都道府県ごとに指定されている時間以外での活動はできません。

※活動時間の詳細については、別紙「都道府県別行動表」をご参照ください。

⑤ジャベリックボール練習(助走練習含む)並びにキャッチボールは、会場内及び外周等で行えません。

⑥4Fコンコースでは、安全上の理由から、バトンを含む用具を使った練習やバトンパス練習は行えません。

## 別紙：練習会場の利用について

≪9月22日(日)大会当日の練習について≫

■練習時間 8:30～16:30 ※東京体育館陸上競技場の練習時間は 9:00～16:00

活動エリア及び活動に関する注意事項は以下の通りです。

### 国立競技場

活動エリア	活動内容	詳細情報
コンコース(4F)	ジョギング、 ストレッチ	反時計回り ※バトンを含む用具持ち込み禁止
室内練習場(B2F)	ハードル	1～3レーン：ハードル練習 スタブロ練習含む 4・5レーン：スタブロ練習、ダッシュ 6レーン：流し、ダッシュ  <ハード設置時間> 8:45～10:00 13:10～14:25
ストレッチエリア(B2F)	ストレッチ	室内練習場の中央付近外より、アクセス ができます。

※ジャベリックボール投、走高跳、走幅跳の助走練習や種目練習は行えません。

※ハードル設置時間については、スターティングブロック及びハードルが設置されています。

※4F コンコースでは、安全上の理由から、バトンを含む用具を使った練習やバトンパス練習は行えません。

### 東京体育館陸上競技場

活動エリア	活動内容	詳細情報
トラック(ホームレーン) ※道路側	リレー、バトンパス	1レーン：スプリント練習(流し) ダッシュ 2～4レーン：ダッシュ、 スタートダッシュ 5レーン：使用しない。
トラック(バックストレート) ※建物側	バトン練習	1～4レーン：バトン練習 5レーン：使用しない。  <バトン練習以外で利用可能な時間> 10:30～13:00 13:40～16:00
フィールド(多目的コート)	ドリル、流し、 ダッシュ	※バトンを使った流しは可 ※スパイク着用禁止
フィールド(A・Bゾーン)	ストレッチ	※スパイク着用禁止

①練習会場へは、ADカード保有者のみアクセスができます。

※東京体育館及びエリア内、隣接道路(歩道を含む)からの見学は禁止とします。

②練習会場への経路は、国立競技場 B ゲートから東京体育館南門までの指定された経路を利用してください。

※東京体育館のエントランスからアクセスはできません。

③東京体育館の施設を利用することはできません。

④場内では、競技役員及び施設スタッフの指示に従ってください。

⑤リレーのバトンを除く練習用具の持ち込み・使用は禁止です。

⑥レーンにマーキング用のテープは貼れません。主催者が用意するスティックラダーを活用してください。

## 別紙：練習会場の利用について

- ⑦ ジャベリックボール投、走高跳、走幅跳の助走練習や種目練習は行えません。
- ⑧ 施設内の更衣室、トイレの使用はできますが、荷物を置くことはできません。  
※ロッカーの利用はできません。
- ⑨ トラック以外でのスパイク着用は禁止です。
- ⑩ 荷物置きとして、主催者が設置したテントを利用できます。
- ⑪ 招集所への経路は、予め確認し、移動を考慮して活動を行ってください。なお、それぞれの招集所へのアクセスは以下となります。  
4x100mR：東京体育館陸上競技場の南門から国立競技場 P1 ゲートを通るルート。  
100m　　：東京体育館陸上競技場の南門から国立競技場 B ゲートへ戻り、G ゲートを出て、トンネルを通るルート。