

前日練習について

2013. 8. 16

大会前日 8月30日(金) 下記の要領で練習会場を準備します。

練習会場開放時間 14:00~18:00 (長居第2陸上競技場)

必ずコーチ付添いの上、安全対策にご留意ください。(投擲種目、ハードル、合流地点等)

フィールド内芝生は、立ち入り禁止(投擲物落下対応のみ)

トラックでのジョグは禁止。トラックの外、緑のスペースで行う。

女子棒高跳 北ピット準備(決勝ピット)

女子三段跳 バックスタンド前 2ピット準備

女子ハンマー投 第3コーナー内側 投擲練習 14:00~16:00(空ターンは18:00まで可)

トラック競技(14:00~16:00はハンマー投げ実施のため制限あり)

直線スプリント練習 14:00~16:00 メインストレート1~5レーン

長距離周回練習 16:00~18:00 1~3レーン

曲走路スプリント練習 400mスタートラインから 4~9レーン

ハードル メインストレート 6・7レーン男子 8・9レーン女子

混成競技フィールド種目

走高跳 第1・第2コーナー内側 2ピット準備

走幅跳 正面スタンド前 2ピット準備

砲丸投 第4コーナー内側

やり投 16:00~18:00 第3・第4コーナー内側