

前日受付・競技場練習について

【受付について】

場所：ヤンマーフィールド長居エントランス

時間：13：00～17：00

※大会当日の受付も行います。

(8月29日(土)・30日(日)両日とも7：30～ 場所は上記同様。)

【前日練習】

○8月28日(金) 次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 (ヤンマーフィールド長居)

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

フィールド内芝生は、立ち入り禁止(投てき物落下対応のみ)

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
- ・女子三段跳・・・バックスタンド側ピット(2ピット準備)
- ・女子ハンマー投・・・第3コーナー内側 投てき練習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 16：00～18：00 400mスタートラインから 4～7レーン

16：00～18：00 300mH 第2コーナーから第4コーナーまで 8・9レーン

ハードル練習 14：00～16：00 メインストレート 男子：6・7レーン 女子：8・9レーン

- ・混成競技フィールド種目の練習

走高跳 第1・第2コーナー内側(Aゾーン) 2ピット準備

走幅跳 正面スタンド側ピット 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(Bゾーン)

【当日練習】

○8月29日(土) トラック練習 7：30～9：00

棒高跳練習 7：30～9：00 Aゾーン

7：30～12：30 北ピット

○8月30日(日) トラック練習 7：30～9：00

棒高跳練習 7：30～9：00 バックスタンド側ピット

以上