

第94回 北海道陸上競技選手権大会 公開練習要領

1、公開練習

(1) 日 時

8月20日(金) 12:00～17:30

(2) レーン使用方法

①ホームストレート

1～2レーン	中長距離
3～6レーン	短距離
7レーン	女子100mH
8レーン	男子110mH

②バックストレート

1～2レーン	中長距離
3～6レーン	短距離(スピード練習)
7レーン	女子400mH
8レーン	男子400mH

③フィールド内

・やり投、円盤投は、フィールド内で下記の時間帯・決められピットで練習ができます。

(練習時間) やり投 12:00～13:30 円盤投 13:30～15:00

15:00～16:15 16:15～17:30

砲丸投 12:00～17:00 ハンマー投 サブ投てき練習場 12:00～17:00

2、競技期間中の練習

(1) 8月21日(土)

- ・本競技場 トラック 7:00～8:00 練習レーン 公開練習の通り
- ・本競技場 フィールド 7:00～8:00 (1日目競技種目 やり投・砲丸投のみ)
- ・サブ競技場(投練習場) ハンマー投 7:00～8:00
- ・2日目種目の練習時間 競技終了後～18:00まで

(2) 8月22日(日)

- ・本競技場 トラック 7:00～8:30 練習レーン 公開練習の通り
- ・本競技場 フィールド 円盤投 7:00～7:45 やり投 7:45～8:30

3、その他のフィールド種目の練習

- ・走幅跳、走高跳、棒高跳は、用具を設置したピットのみ練習可とします。

練習時間 12:00～17:30

- ・ハンマー投は、本競技場では練習はできません。サブ投てき練習場で練習ができます。

4、注意事項

- (1) 新型コロナ感染防止のため特に、三密禁止・練習時外はマスク着用・手指消毒・大声を上げないこと。
- (2) 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。
- (3) フィールド以外の逆走は禁止します。
- (4) 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。
- (5) 投てき練習の場合は、事故防止のため必ず、顧問・引率者が付くこと。