

第13回北信越高等学校新人陸上競技大会
練習会場及び練習時間

練習会場	種 目	10月24日(金)	10月25日(土)	10月26日(日)	備 考	
本競技場	トラック種目 直送路ハードル7～9レーン 曲走路ハードル8～9レーン	12:30～16:30	7:00～8:30 16:00～17:00	7:00～8:30	1～3レーンタイムトライアル 4～6総合練習 芝生内使用不可	
	跳躍	走高跳	12:30～16:30	16:00～17:00		天候により制限あり
		走幅跳	12:30～14:30	7:00～8:00(男)	7:00～8:00(女)	砂場の整地は使用校が行う
		三段跳	14:30～16:30	16:00～17:00	7:00～8:00	
		棒高跳	12:30～16:30			雨天の場合制限あり
	投擲	砲丸投	12:30～16:30	7:00～8:00(男)	7:00～8:00(女)	顧問立会いのもと、安全面に充分配慮する
		円盤投	12:30～14:30		7:00～8:00	
やり投		14:30～16:30	7:00～8:00(女)			
補助競技場	トラック種目 直送路ハードル7～8レーン 曲走路ハードル7～8レーン	12:30～16:30	7:00～17:00	7:00～15:00	1～3レーンタイムトライアル 4～6総合練習 芝生内使用不可	
	跳躍	12:30～16:30	7:00～16:30	7:00～12:00	天候により変更あり 棒高跳びは本競技場で行う	
	投擲	砲丸投	12:30～16:30	7:00～16:30	7:00～9:45	投擲練習箇所、他種目の立入り禁止 顧問立会いの下、安全面に充分配慮する
		円盤投	12:30～14:30	8:45～10:45 15:00～17:00	7:00～8:15(男)	
		ハンマー投	14:30～16:30	10:45～12:45		
	やり投		7:00～8:45(女) 12:45～15:00	8:15～12:15		
雨天走路	ジョグのみ可能	11:00～16:30	7:00～17:00	7:00～15:00	大変狭いので譲り合って使う	

※練習会場での注意事項

- ①練習は、各学校管理の下で指定された場所・時間帯で事故防止に充分配慮して行う。
- ②天候・状況により変更・制限されることがある。
- ③練習会場には選手・監督・コーチ以外は立ち入らないこと。
- ④練習場では係員の指示に従って練習すること。
- ⑤投擲用具の貸し出しはしない。
- ⑥走路でのスパイクピンは全天候用9mm以下、走り高跳び・やり投げは12mm以下とする。