

## 第7回全国高等学校陸上競技選抜大会 練習について

下記の要領で練習会場（ヤンマーフィールド長居）を準備しますが、役員の指示には従ってください。

トラックでのジョグは禁止です。トラックの外、緑のスペースで行ってください。

フィールド内芝生は、立ち入り禁止です。（投てき物落下対応のみ可）

必ずコーチ付添いの上、安全対策には十分ご注意ください。（投てき種目、ハードル、合流地点等）

### 前日練習

○8月30日（金）

区分		時間	使用レーン等
トラック競技	直走路スプリント	14:00-16:00	メインストレート 1～5レーン
	110mMH		メインストレート 8・9レーン
	100mYH		メインストレート 6・7レーン
	2000m障害		バックストレート9レーン～外側 中央付近から水濺
	300mH		スタート～水濺 男子4・5レーン 女子6・7レーン
	300mH	16:00-18:00	第2～4コーナー 男子8・9レーン 女子6・7レーン
	曲走路スプリント		3～5レーン
長距離周回		1～2レーン	
跳躍競技	棒高跳	14:00-17:00	北ピット
	走高跳（混成）	15:00-17:00	Aゾーン 1ピット
	走幅跳（混成）		メインスタンド前 1ピット
	二段跳		バックスタンド前 1ピット（踏切位置8m）
	四段跳		メインスタンド前 1ピット（踏切板13m）
投てき競技	砲丸投（混成）	14:00-16:00	Bゾーン 砲丸サークル（第4コーナー内側）
	ハンマー投	14:00-16:00	Bゾーン 投てきサークル（第3コーナー内側）
	女子砲丸投（回転投）	14:00-16:00	Aゾーン（第2コーナー内側）
	男子砲丸投（回転投）	16:00-18:00	

### 当日練習

○8月31日（土）

区分		時間	使用レーン等
トラック練習	走幅跳（混成）	7:30-9:00	ハードル 6～9レーン
走幅跳（混成）			メインスタンド前 2ピット
四段跳			バックスタンド前 2ピット（踏切板13m）
棒高跳		7:30-招集時刻まで	Aゾーン

○9月1日（日）

区分		時間	使用レーン等
トラック練習	走高跳（混成）	7:30-9:00	ハードル 6～9レーン
走高跳（混成）			Aゾーン 1ピット
二段跳			メインスタンド前 1ピット（踏切位置8m）

※ 大会当日の投てき練習は、一切できない。

