

ヤンマースタジアム長居 練習について

1) 競技開始前の競技場でのトラック練習

6月23日(金) 開門 ～ 15:30

6月24日(土)・25日(日) 開門 ～ 9:00

ジョグはレーン外

1, 2レーンは長距離ペース走用

【1日目】

- [ホームストレート] 3～6レーン：コーナーからのスプリント練習
7～9レーン：直線からのスプリント練習
- [バックストレート] 3～7レーン：リレー練習
8～9レーン：直線からのスプリント練習

【2日目】

- [ホームストレート] 3レーン : 100mH
4～9レーン：直線からのスプリント練習
- [バックストレート] 3～5レーン：コーナーからのスプリント練習
6～7レーン：リレー練習
8レーン : 女子400mH
9レーン : 男子400mH

【3日目】

- [ホームストレート] 3レーン : 100mYH
4レーン : 100mH
5レーン : 110mJH
6～7レーン：110mH
8～9レーン：直線からのスプリント練習
- [バックストレート] 3～7レーン：コーナーからのスプリント練習
8レーン : 女子400mH
9レーン : 男子400mH

※ リレーバトン練習は1→2走と3→4走は第2コーナー、
2→3走は第3コーナーで行う。
各チームで使用したリレーのマーク(テープ)等は必ず取り除くこと。

- 2) 上記時刻以降の練習はヤンマーフィールド長居を使用すること。
ただし、投てき競技の妨げにならないよう注意すること。
- 3) 招集後の練習は、審判員の指示に従うこと。