

陸上競技場の安全な使い方（記録会時） 10月27日（日）

※ バックストレッチは周回種目を実施していないときは使用可（マーシャルの指示で）
（使用できる時間帯はアナウンサーが周知する）

① トラック使用のルールを守る

- ・ スプリント練習は3レーンから5レーンで（必ず前方を確認してスタートし、トラック外に出るときは後方を確認して横切ること）
- ・ トラックの逆走はしない
- ・ トラックの横断は左右を確認する（特にT→Fは左・F→Tは右を）
- ・ 走り終えても、そのレーンで減速し、隣のレーンに踏み込まない
- ・ バトン練習など全力疾走をする場合には前方に声かけをする。「○レーン行きます」
- ・ バトン練習は5レーン～8レーンで実施する（走り終わったら余裕をもって後方を確認して出る）

