

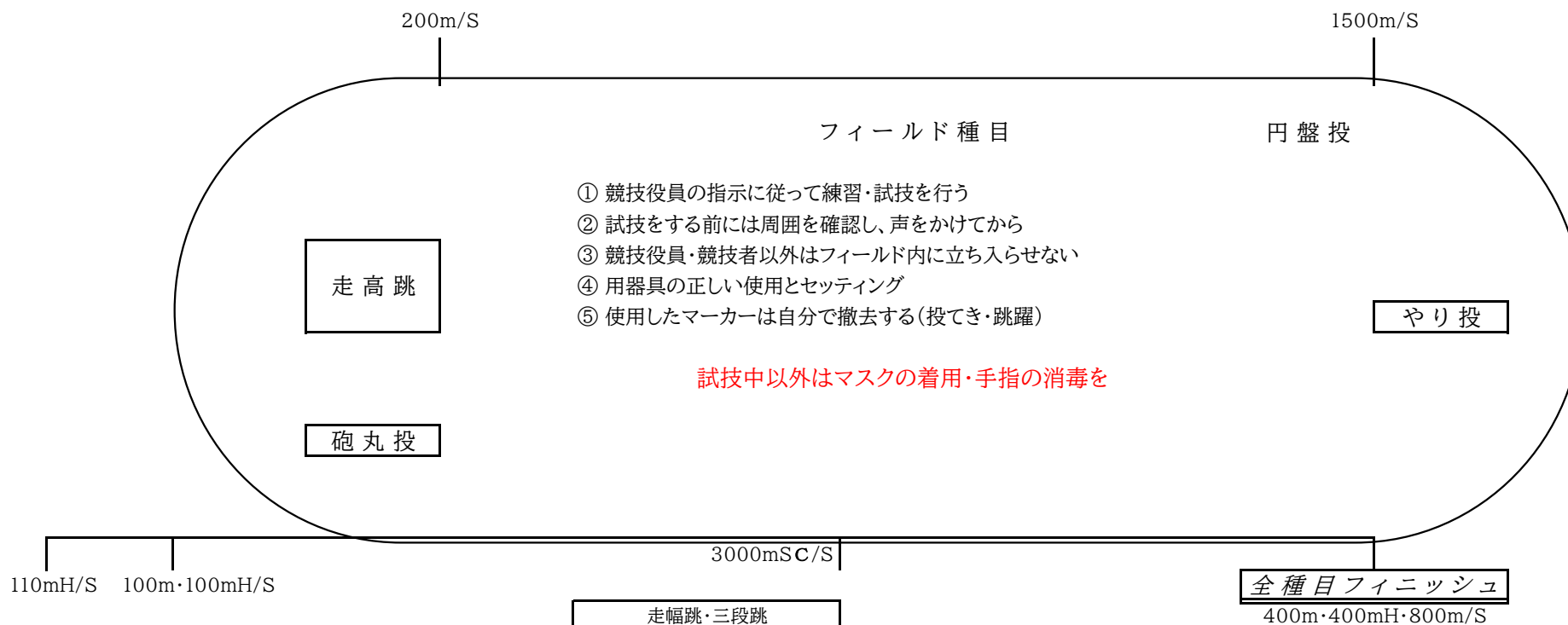
# 陸上競技場の安全な使い方（記録会時） 5月4日（日）

入場は第1ゲートから退場は第2ゲートからとし、競技に関係ない者の入場は禁止します（手指の消毒を）

競技場に入場の際はリストバンドを必ず手首につけ、競技役員が確認できるようにしてください。

※ウォーミングアップは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・今回は1500mとのタイミングで（・アナウンサー・マーシャルの指示で）

- ① トラック使用のルールを守る（本日のハードル練習時間は8:00~10:00）  
5レーン 中学 100mH 6レーン 高校・一般100mH 7レーン 中学110mH 8レーン 高校・一般110mH  
スプリント練習は1レーンから4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）
- ② トラックの逆走はしない
- ③ 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）
- ④ 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
- ⑤ バトン練習など全力疾走をする場合には前方に声がけをする。「○レーン行きます」 バトン練習はトラック競技に支障がないように
- ⑥ 走り終わったら余裕をもって前方から出る



- ① 競技役員からの指示に従って練習・試技を行う
- ② 試技をする前には周囲を確認し、声をかけてから
- ③ 競技役員・競技者以外はフィールド内に立ち入らせない
- ④ 用器具の正しい使用とセッティング
- ⑤ 使用したマーカーは自分で撤去する（投てき・跳躍）

試技中以外はマスクの着用・手指の消毒を

- ① 応援・見学をする場合はメインスタンドのみとします。（入退場の際は手指消毒・ソーシャルディスタンスを）
- ② 雨天走路は原則ダッグアウトとしての使用は禁止（跳躍の待機場所に）

招集所