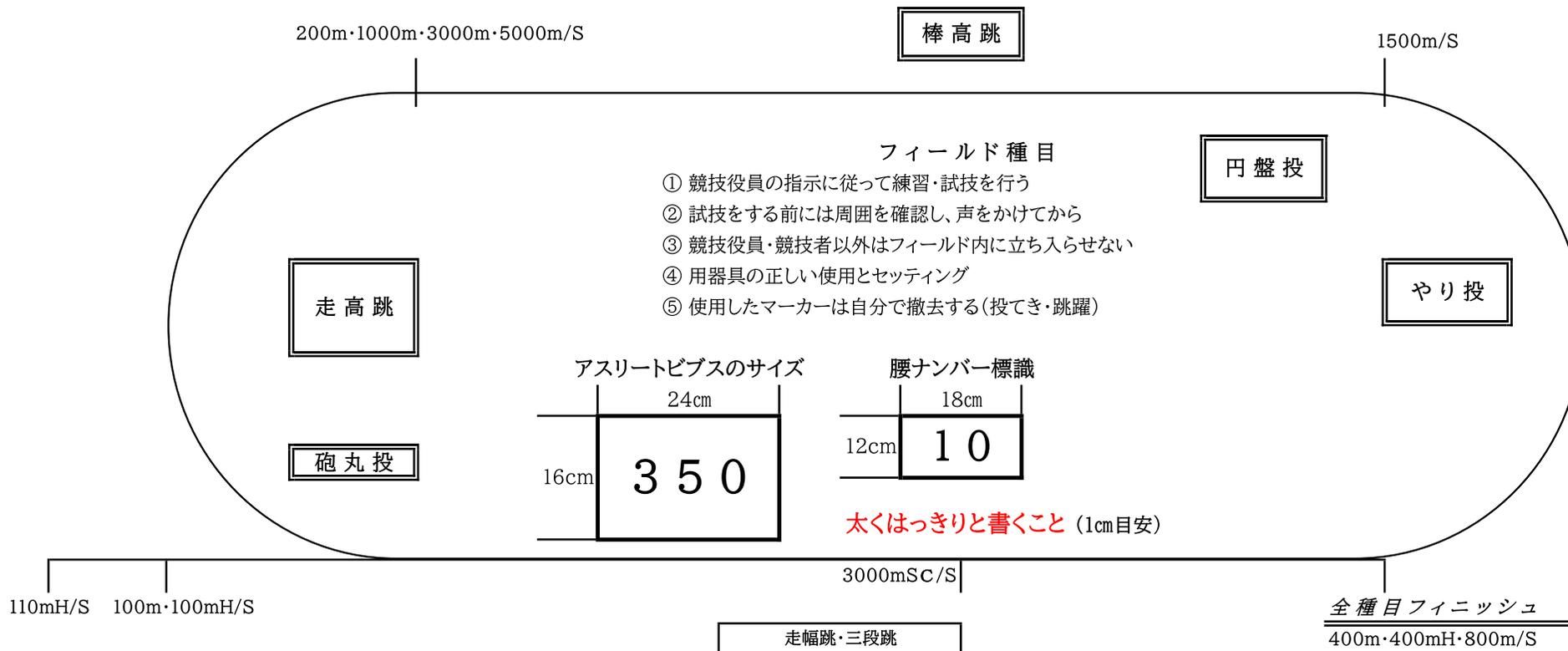


陸上競技場の安全な使い方（記録会時） 4月05日（日）

競技場内への入場は所定の入口とし、競技者・審判員および補助役員以外は入場できません。

※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とします。（競技役員の指示で）

- ① トラック使用のルールを守る **（トラックの逆走は絶対にしないこと）**
- ② 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」
- ③ スプリント練習は3レーンから6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）
- ④ 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）
- ⑤ 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
- ⑥ 400mHの練習時間は9：00から9：30までとします。
- ⑦ 100mH、110mHの練習時間は12：00からとします。



- 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）