競技場開放 (練習会) の確認事項

藤沢市陸上競技協会 強化・普及部

開放日
2025年11月22日(土)
11月24日(月)

2. 開放時間 | 13:00~|6:00 9:00~|2:00

3. 参加料 無料

4. 参加資格 藤沢市内に在住、在勤、在校であるか、市内の陸上スクールに所属する者

5. 練習場所 混雑回避のため、トラックの主な練習場所を以下の通りとする。

割り当て以外での利用は、他の利用者と声を掛け合ってご利用ください。

小学生; 芝生内・・・トラック使用の際は必ず声を掛け、

安全を確認してください。

中学生 ; ホームストレート側 高校生・一般; バックストレート側

> *アップやダウン等のジョギングや動き作りは、 芝生内もしくはトラックの外周でお願いします。

6. レーン規制 I~2レーン ; 中長距離種目 3~5(6)レーン ; 短距離種目 7(6)~8レーン ; ハードル走

- *ゴール後やレーンの横断の際は必ず左右の安全を確認してから横断してください。
- * 400 m 走や曲走路から直線にかけての練習及びリレー練習は、直線利用者に必ず声をかけ、確認してから行ってください。直線を使った練習が優先です。
- *リレー優先時間 終了時刻30分前以降の3~5レーン
- 7. やり投げの練習について

*練習時間 終了時刻1時間 | 5分前~ | 5分前

やり投げ練習中は芝生内への立ち入りを原則禁止とする。(タイム計測や jog 等含む) 安全確保のための人員の配置、投げる前の<mark>声掛け等</mark>を各団体で徹底すること。

- 8. 用器具の使用について
 - ・用器具の使用に当たっては他の利用者と譲り合い、使用しない間に器具を確保することはご遠慮ください。
 - ・フレキハードルは台数が少ないので、使用は次の通りとし、基本的に常設とします。中学生 ; (男子) 8レーンで5台まで (女子) 7レーンで5台まで 高校生・一般; (男子) 8レーンで5台まで (女子) 7レーンで5台まで * 使用していないフレキハードルは譲り合い、6レーンでも使用可とします。
 - ・用器具の借用後は必ず元の場所に片付けてください。
 - ・リレー練習時に使用したマーキングテープは必ず剥がしてください。
- 9. その他
 - ・ゴミはすべて各自お持ち帰りください。
 - ・敷地内全面禁煙となります。