

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

1. 開放日 2025年9月6日（土）
2. 開放時間 9:00～12:00
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 1～2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。
*400m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 11:30以降の3～5レーン

7. やり投げの練習について

*練習時間 10:45～11:45

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、投げる前の声掛け等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。