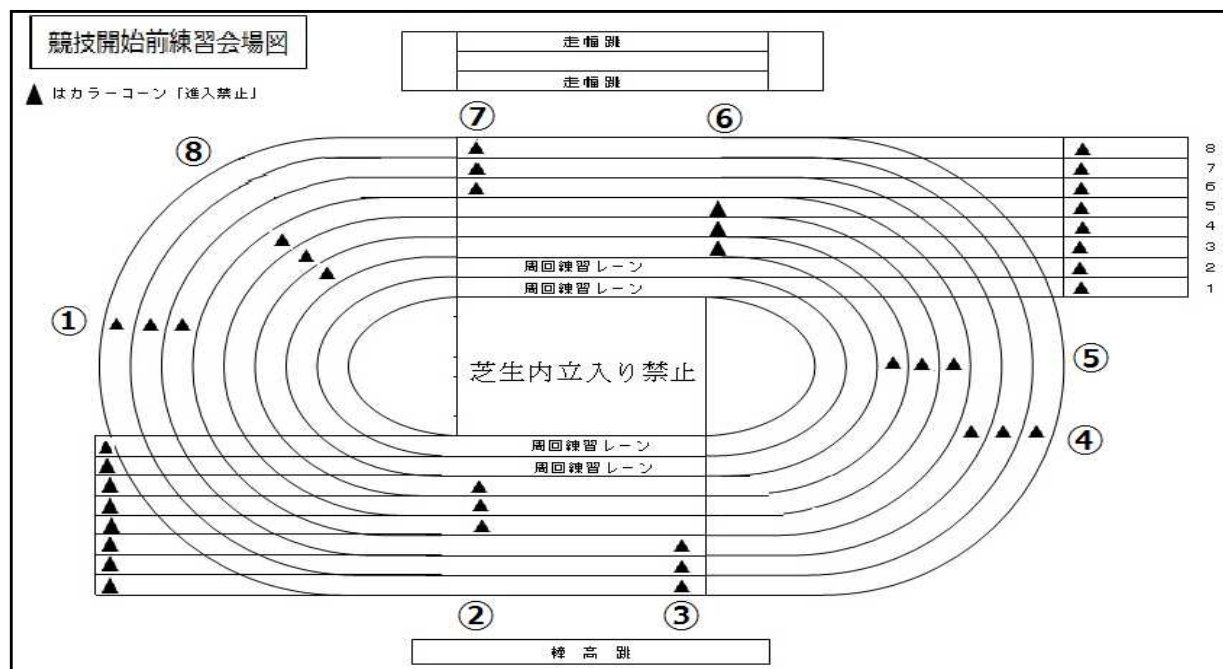


練習要項 (2021.3.14)

- 【競技開始前】
- ・ 1～2 走のバトンパス練習は、6～8 レーンを使用する。(①～②)
 - ・ 2～3 走のバトンパス練習は、3～5 レーンを使用する。(②～⑤)
 - ・ 3～4 走のバトンパス練習は、6～8 レーンを使用する。(④～⑥⑦)
 - ・ 4×800m R のバトンパス練習は、3～5 レーンを使用する。(⑥～⑧)



- 【競技開始後】
- ・ スタート直前は、練習を中断して動きを止めること。
 - ・ 練習は、コーンで仕切られた範囲内で行うこと。
 - ・ 走る方向は、図の矢印の一方向とする。逆走しないこと。
 - ・ バトンパスの練習はバックストレート外側の指定エリアで行うこと。

雨天走路(練習禁止)

競技開始後の練習会場図



【雨天走路・公園内園路】

- ・ 雨天走路での練習は禁止とする。(雨天の場合は別途指示する。)
- ・ 園路での練習は原則禁止とする。ただし、順路に従ってのジョグ・ウォークは認める。
- ・ スタンド裏・下は体操ストレッチエリアとする。走る練習や基本練習をしないこと。