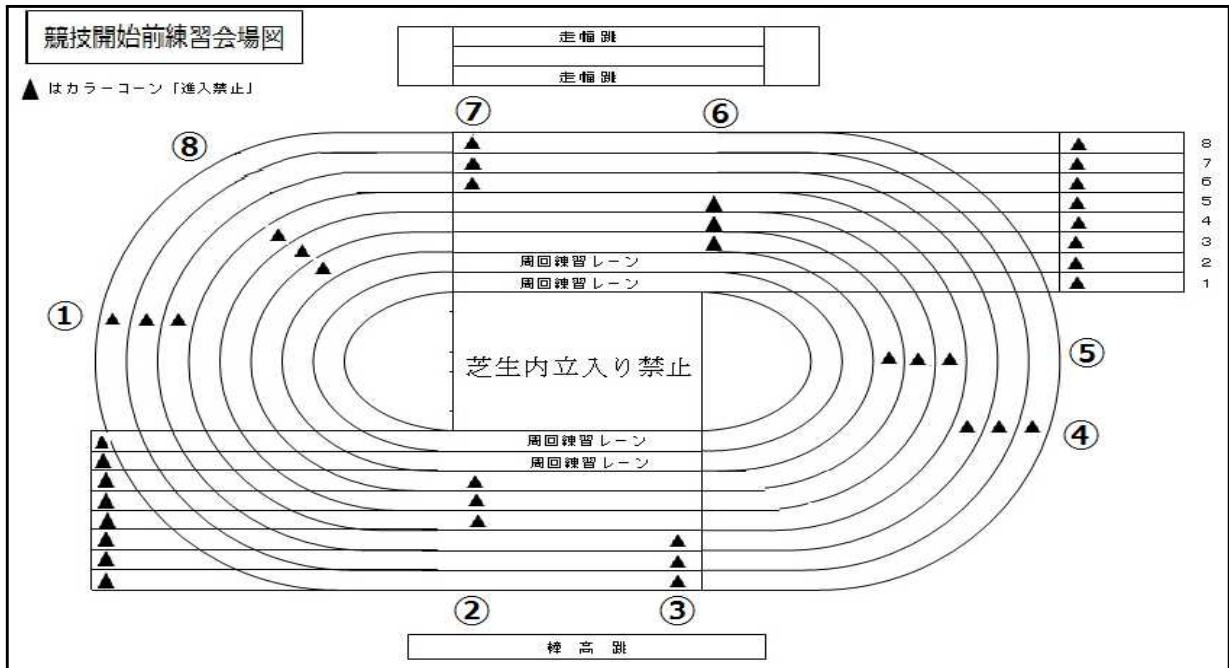


練習要項

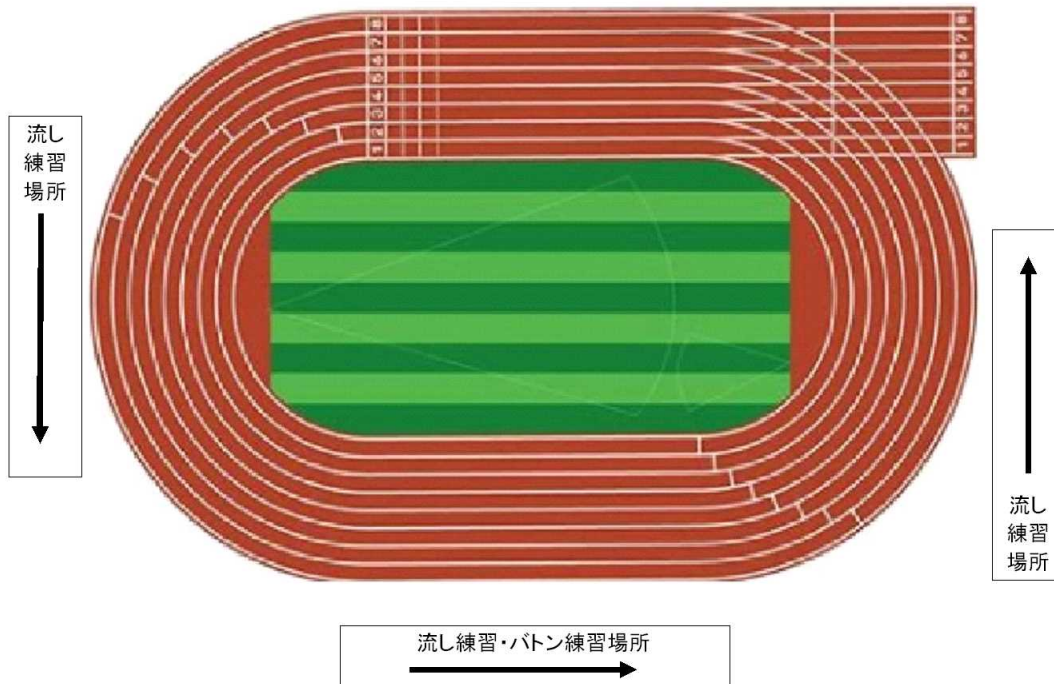
- 【競技開始前】
- ・ 1～2走のバトンパス練習は、6～8レーンを使用する。(①～②)
 - ・ 2～3走のバトンパス練習は、3～5レーンを使用する。(②～⑤)
 - ・ 3～4走のバトンパス練習は、6～8レーンを使用する。(④～⑥⑦)
 - ・ 4×800m Rのバトンパス練習は、3～5レーンを使用する。(⑥～⑧)



- 【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。