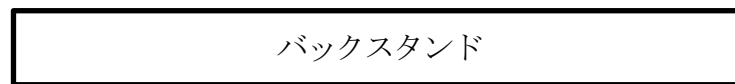


第9回チャレンジ記録会茅野 競技場案内図及び練習場所

ウォーミングアップ・練習場所は下記案内に準ずる。

- ・周辺道路および公園内歩道、メインスタンド裏西側エリアでのウォーミングアップは禁止。
- ・バックスタンド裏ウッドチップコースは公園のランニングコースのため、一般利用者に配慮が必要です。ジョグの可能とし、ドリル、流し、ダッシュは禁止とします。
- ・公園内の歩道や歩道道路もランニングコースになっています。ウォーミングアップ利用は禁止します。禁止事項を遵守せず発生した事故、怪我については、主催者は一切の責任を負いません。
- ・アップ内容と指定場所
 ★①ジョギングコース、★②ダッシュ、流しゾーン、★③ドリル、動きづくりゾーン（2か所）
 矢印の方向にあわせて練習を行うこと。
- ・芝生エリアでの練習は12時30分以降、円盤投専用とします。その他の種目練習はバックストレートを利用してください。
- ・円盤投の円盤、練習用円盤を用いた練習は12時30分以降の競技エリアでの練習に限定します。指導者が立ち会っての練習が可能です。尚、安全管理の観点から、陸上競技場や公園内でのそれらを用いた練習は禁止とします。

林間のウッドチップコースはジョギングのみ使用可能



トラック走路での練習は、周回競技を実施していない時間帯に可能とし、逆走は禁止とする

