



## 第56回 近畿高等学校ユース陸上競技対校選手権大会

### 練習会場予定表

9月14日(木) (前日練習)	本競技場 13:00~17:00	トラック	1レーン	400m以上のスピード練習
			2レーン	中長距離・競歩
			3~6レーン	短距離・リレー
			7レーン	女子400mH 5台
			8レーン	男子400mH 5台
			ホーム8レーン	女子100m YH 5台
			ホーム9レーン	男子110m JH 5台
	跳躍	走高跳1ピット 棒高跳1ピット 走幅跳1ピット 三段跳1ピット 【~15:00】(9m板) 【15:00~】(12m板)		
	補助競技場 13:00~17:00	トラック	1レーン	400m以上のスピード練習
			2レーン	中長距離・競歩
3~6レーン			短距離・リレー	
ホーム7レーン			女子100m YH 5台	
ホーム8レーン			男子110m JH 5台	
跳躍	走高跳1ピット 棒高跳1ピット 走幅跳1ピット 三段跳1ピット 【~15:00】(12m板) 【15:00~】(9m板)			
投てき練習場 (駐車場) 13:00~17:00	投擲	メディシンボール練習(ロープ付きを除く)		
9月15日(金)	本競技場 7:30~ 8:40	トラック	1レーン	400m以上のスピード練習
			2レーン	中長距離・競歩
			3~6レーン	短距離・リレー
			7レーン	女子400mH 5台
			8レーン	男子400mH 5台
	跳躍	棒高跳1ピット(男子) 走幅跳2ピット		
	補助競技場 7:30~17:30	トラック	1レーン	400m以上のスピード練習
			2レーン	中長距離・競歩
			3~6レーン	短距離・リレー
			5レーン 【~10:00】・【13:30~14:15】	女子400mH 5台
			6レーン 【~10:40】・【13:30~14:30】	男子400mH 5台
			ホーム7レーン	女子100m YH 5台
			ホーム8レーン	男子110m JH 5台
	跳躍	走高跳1ピット 棒高跳1ピット 【~14:00】(男子) 【14:00~】(女子) 走幅跳1ピット 三段跳1ピット 【~12:30】(9m板) 【12:30~】(12m板)		
	投てき練習場 (駐車場) 7:30~17:30	投擲	メディシンボール練習(ロープ付きを除く)	



## 第56回 近畿高等学校ユース陸上競技対校選手権大会

9月16日(土)	本競技場 7:30～ 8:50	トラック	1レーン	400m以上のスピード練習	
			2レーン	中長距離・競歩	
			3～8レーン	短距離・リレー	
			ホ-ム6～7レーン	女子100m Y H 5台	
			ホ-ム8～9レーン	男子110m J H 5台	
	跳躍	走高跳1ピット 棒高跳1ピット(女子) 三段跳2ピット(9m板・10m板)			
		補助競技場 7:30～18:00	トラック	1レーン	400m以上のスピード練習
	2レーン			中長距離・競歩	
	3～6レーン			短距離・リレー	
	ホ-ム5～6レーン【～10:30】			女子100m Y H 5台	
ホ-ム7～8レーン【～11:05】	男子110m J H 5台				
ホ-ム7レーン【11:05～15:25】	女子100m Y H 5台				
ホ-ム8レーン【11:05～15:40】	男子110m J H 5台				
跳躍	走高跳1ピット 棒高跳1ピット【～13:30】(女子) 三段跳1ピット【～12:30】(9m板) 【12:30～】(12m板)				
	投てき練習場 (駐車場) 7:30～17:30	投擲	メディシンボール練習(ロープ付きを除く)		
9月17日(日)			本競技場 7:30～ 8:50	トラック	1レーン
	2レーン	中長距離・競歩			
	3～8レーン	短距離・リレー			
	跳躍	走高跳1ピット 三段跳1ピット(12m板)			
		補助競技場 7:30～15:00		トラック	1レーン
	2レーン		中長距離・競歩		
	3～6レーン		短距離・リレー		
	跳躍		走高跳1ピット【～11:30】 三段跳1ピット【～11:30】(12m板)		
	投てき練習場 (駐車場) 7:30～13:00	投擲	メディシンボール練習(ロープ付きを除く)		