

# 一宮総合運動場 陸上競技場 利用の手引き

R2.7.27

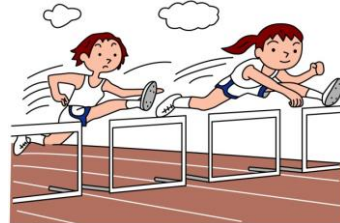
- 1 運動器具等(一部有料物品あり)は、共同使用になります。使用した運動器具等は、使用后、必ず元の位置に返却して下さい。
- 2 スパイクピンは、オールウェザー専用ピンで8mm以下とします。(ただし、走り高跳びとやり投げは12mm以下も可とします。)
- 3 投てき練習をする方は、安全監視員を同伴し、「投てき練習申出書兼安全監視員配置届出書」を受付窓口に提出して下さい。
- 4 トラック、フィールド、競技場内全てにおいて、テープ等のマークを貼ることを禁止します。

※ 土日祝日の一般利用日は、個人利用や団体利用により混雑が見込まれます。

グループ・団体の責任者同士で相談の上、トラックの使用ルールを決めてください。なお、参考例を下記に示します。

### 【トラック使用ルール】

- ① 1・2レーンは長距離が使用
- ② スタート練習は 110mHのスタートラインを使用
- ③ ハードル練習は 110mH ……………9レーン  
100mH ……………7、8レーン  
400mH ……………7、8レーン
- ④ タイム計測は 直線 ……………3～6レーン  
200m、400m ……3～6レーン



※ 投てき練習における安全確保のために、土日祝日については当分の間、下表のとおり練習時間を割り振ります。

### 投てき練習時間割振り表 夏時間

4月～9月の 土曜日・祝祭日

時刻	ハンマー投げ	円盤投げ	やり投げ	砲丸投げ
8:00	○	○	×	○
11:00	×	×	○	○
13:00	○	○	×	○
15:00	×	×	○	○
18:00				

4月～9月の 日曜日

時刻	ハンマー投げ	円盤投げ	やり投げ	砲丸投げ
8:00	×	×	○	○
11:00	○	○	×	○
13:00	×	×	○	○
15:00	○	○	×	○
18:00				

### 投てき練習時間割振り表 冬時間

10月～3月の 土曜日・祝祭日

時刻	ハンマー投げ	円盤投げ	やり投げ	砲丸投げ
9:00	○	○	×	○
11:00	×	×	○	○
13:00	○	○	×	○
15:00	×	×	○	○
17:00				

10月～3月の 日曜日

時刻	ハンマー投げ	円盤投げ	やり投げ	砲丸投げ
9:00	×	×	○	○
11:00	○	○	×	○
13:00	×	×	○	○
15:00	○	○	×	○
17:00				

### 【備考】

- 1 安全監視員は、投てき者と連携を取り、投てきする際には、周囲の安全を確認し、ハンドマイクで注意を呼び掛けてください。
- 2 風速10m(目安)を超える強風時は、投てき(砲丸を除く)練習を中止させていただきます。
- 3 投てき囲いのネットは、使用の都度お使いいただく方に設置・収納していただきます。ネットの上げ下げには人数が必要ですので、投てき囲いを使用される場合は、10名程度の団体でお越しください。
- 4 使用後のグラウンド整備は、練習時間内に必ず行ってください。
- 5 小人数での練習で安全が確保出来る時は、各安全監視員が話し合い指定時間以外でも練習を可能とします。



※ この利用の手引きは、投てき練習ができる数少ない第三種公認陸上競技場として、尾張陸上競技協会様と協力の上、作成しております。  
皆様のご理解とご協力をお願いいたします。