

## 利用案内（4～11月）

この利用案内は、山形県あかねヶ丘陸上競技場を利用している各団体代表者との話し合いにより決定した事項になります。内容を確認・遵守のうえ、利用してください。

### 1.トラックについて

レーン区分	練習範囲
1・2	長距離周回練習
3・4・5・6	短距離スプリント、100m スタート練習
4・5・6	200m、400m スタート練習，リレーバトンパス練習
7・8	100mH, 110mH, 400mH
バックストレート	ミニハードル等を使用したドリル

### 2. スタート練習について

- 平日のスタート練習は、110mH スタートラインを利用してください。  
※100m スタートラインは、土曜日、日曜日、祝日のみ開放します。
- スタート練習は、スペースに限りがありますので詰めて利用してください。  
また、最後の利用者はスターティングブロックを返却してください。

### 3. フィールドについて

投てき以外のフィールド使用は、原則禁止です。

### 4. 投てきについて

投てき練習は、顧問、コーチ、陸上競技熟知者の監視のもと、安全に行ってください。

※監視者不在の場合、高校生以下は原則利用禁止

投てき種目	利用曜日
ハンマー投げ	月、水、金 土、日 11時～13時
円盤投げ	月、火、木 土、日 9時～11時
やり投げ、砲丸投げ	制限なし

### 5. ハードル練習について

区分	優先利用曜日
中学生	月、水、 土 午前10時まで
高校生	火、木、金

## 6. 安全・快適な利用のためのルール

- (1) 走者及び指導者は、走者同士の衝突に注意しましょう。※トラック逆走禁止
- (2) 100m ゴール付近は、速やかに移動しましょう。
- (3) トラックホームストレート及びフィールド内の横断はやめましょう。
- (4) 風除室・トイレでの着替えはやめましょう。
- (5) 利用の際は、事務室で受け付けを行いましょ。 ※備品借用・トレーニングルーム含む
- (6) 開場時間及び閉場時間は守りましょう。
- (7) 敷地内禁煙に協力しましょう。
- (8) 備品は元の位置へ返却しましょう。
- (9) 砂場、トラック、更衣室など、利用後に清掃・整理整頓しましょう。

上記ルールを守れない方は、利用をお断りする場合があります。

### 【利用時間等について】

#### 1. 利用時間について

区 分	開 場	閉 場
通常開放日	午前 9 時	午後 9 時
土曜日、日曜日、祝日	午前 7 時 3 0 分	
夏期間（利用団体へ調査後決定）	午前 7 時（午前 6 時）	

#### 2. 土曜日について

土曜日は、安全対策および混雑緩和のため、下記の時間帯での利用に協力してください。

区 分	月	利用開始時間
中学生	4、5、6、9	午前 7 時 3 0 分から
高校生以上		午前 9 時 3 0 分から

#### 3. 山形市小学校陸上運動記録会練習への協力について

平成 3 0 年 5 月 1 5 日（火）～平成 3 0 年 6 月 4 日（月）の期間中は、下記のとおりご協力お願いします。

小学生優先時間	小学生優先種目	
1 3 時～1 6 時	ハードル練習	トラック 7・8 レーン
	走り幅跳び	砂場ピット
	投てき練習	フィールド

※上記以外は、「1. トラック」をご参照ください。

※小学生用ハードルは、各学校ご持参ください。

皆様が気持ちよく競技場を利用できるようルール・マナーを守ってくださいますようご協力  
よろしく申し上げます。

指定管理者公益財団法人山形市体育協会