

サブトラック 練習区割り

バックストレートの芝生もドリルゾーンとします。(※南から北へ一方通行で行ってください。)



* バックストレートの利用について *

- 3～6 レーンは、動きづくり・ドリルレーンとして利用してください。
- 1～2 レーンはジョギングレーンとして、周回走

* ホームストレートの利用について *

- 1～2 レーンはジョギングレーンとして、周回走を行うレーンとします。
- 3～5 レーンは、流しレーンとして利用してください。

※事故防止の観点から、投てき練習は、投てき審判員の指示に従って行います。各自・各チームの判断での投てき練習は行わないでください。

1レーン
2レーン
3レーン
4レーン
5レーン
6レーン
7レーン
8レーン
9レーン