

令和 7 年度 一般開放(陸上)使用について

厚別公園競技場 補助競技場

R7.6.24 更新版

1. 使用方法について

- (1) 駐車場は、改修工事のため、「第 2 駐車場」のみご利用ください。
- (2) 入場受付は、「**開放開始の 15 分前**」より補助競技場内受付で行います。開放開始までお待ちください。
- (3) 補助競技場前の仮設事務所受付にある券売機で「使用券」を購入し受付窓口に表示してください。
- (4) 中学生、高校生の方は生徒手帳を受付窓口に表示してください。
- (5) 高齢者(65 歳以上)・19 歳未満の勤労青少年の方は、年齢を証明できるものを受付窓口に表示してください。
- (6) 障がい者手帳、療育手帳等お持ちの方は、使用料が免除になりますので受付窓口に表示してください。
 なお、**上記手帳をお持ちの方を介助するために入場する方についても免除**になります。
- (7) 小学生は受付窓口で「小学生です」とお声がけください。
- (8) 利用者の引率者は受付窓口で「引率です」とお声がけください。**但し、引率者が使用する場合は使用料が必要です。**
- (9) 領収書が必要な方は、受付の際にお申し出ください。(使用後までに受付より発行いたします。)
- (10) ケガやトラブルがあった場合は、速やかに「トレーナー」「補助競技場受付」まで連絡ください。
- (11) 荷物・貴重品類は、各自の責任で管理してください。なお、貴重品は「仮設更衣室」にある貴重品ロッカーを利用してください。万が一、紛失や盗難があった場合は、当施設は責任を負いませんので各自で管理してください。
- (12) お帰りの際は、忘れ物がないようにご確認ください。
- (13) 入退場導線および仮設トイレ設置個所については、下記図をご確認ください。



(14) 補助競技場での利用可能種目は下記のとおりです。

区分		トラック	走幅跳	走高跳	棒高跳	砲丸投	円盤投	やり投	ハンマー投	3000m S C
一般開放	通常開放日	○	○	○	△ ※ 1	○	×	×	×	×
	投てき開放日	×	×	×	×	○	○	○	×	×

※ 「ヴォータックススロー」「ジャベリックスロー」に関しては、通常開放日(芝生養生期間を除く)で、指導者・引率者がつく場合のみ利用可能です。

※1 棒高跳びは、「マットの運搬(設営・撤収)」ができる指導者・引率者がいる方のみ可能です。

2. 貸出用具について

- (1) 貸出用具を借りる際は、陸上トレーナーに申し入れ、貸出用具確認表に記入してください。また、貸出用具には数に限りがありますので、使用後はすみやかに返却してください。
- (2) 用具の設置等については、陸上トレーナーの指示に従ってください。
- (3) 用具運搬の際、台車を使う場合は周辺に注意し、利用者の妨げにならないよう注意してください。
- (4) 高跳びマット使用の際は芝生に掛からないように設置してください。
- (5) 施設及び用器具の紛失・破損した場合は、修理費実費分をご負担いただくことがあります。

3. トラック等の注意事項について

(1) トラック(走練習・ハードル・リレー)

- ①リレー練習は、その都度トレーナーに申し出て使用レーンの指示を受けてください。
- ②同時にレーンの両方から対面して走らないでください。
- ③レーンの横断は、注意してすばやく行ってください。
- ④ハードルは使用後、各台車に整理整頓して収納してください。

(2) フィールド(砲丸・円盤・やり投げ)

① 砲丸投げ

- ア. 投てき練習の際は、その都度トレーナーに申し出て指示を受けてください。
- イ. 通常の開放日および投てき開放日に、指導者・引率者がいる方のみ可能です。
- ウ. 通常の開放日は、オレンジネットの外に砲丸が出ないように注意して投げてください。
- エ. 通常の開放日は、「回転投げ」はできません。投てき開放日に行ってください。
- オ. ピット使用後は必ず整地し、シートを掛けてウエイトをバランスよく設置し原状復帰してください。

② 円盤投げ

- ア. 投てき練習の際は、その都度トレーナーに申し出て指示を受けてください。
- イ. 投てき開放日に、指導者・引率者がいる方のみ可能です。
- ウ. 通常の開放日は、円盤投げはできません。持込も禁止です。
- エ. 投てき開放日に指定されたハンマーサークル内ピットで行ってください(ピット以外禁止)。

③やり投げ

- ア. 投てき練習の際は、その都度トレーナーに申し出て指示を受けてください。
- イ. 投てき開放日に、指導者・引率者がいる方のみ可能です。
- ウ. 通常の開放日は、やり投げはできません。持込も禁止です。

④その他

- ア. 通常の開放日および投てき開放日は、ハンマー投げの練習はできません。
- イ. 3000mSC の練習はできません。

(3)跳躍種目(走幅跳・走高跳・棒高跳)

- ①走り幅跳びの練習は、練習する者が踏切板の設置と片付けを行い、使用中に外したシートは芝生上に置かないようにしてください。
- ②走り幅跳びの練習後は砂場を整地し、シートを掛けて砂袋をバランスよく設置してください。
- ③走り高跳びのマットは芝生上を避けて設置してください。
- ④棒高跳びの練習は原則禁止とします。ただし責任能力のある適切な指導者が付き、設置および片付けができる体制が整っている場合に限り、その都度トレーナーに申し出て、指示を受けて練習することを認めます。

(4)インフィールドの利用について

- ①インフィールドは、ウォーミングアップ、クールダウン、ドリル練習、指導者・引率者が付く場合の「ヴォーテックススロー」「ジャベリックスロー」でご利用ください。
- ②フィールド保護のため、スパイクを使用したランニングはしないでください。
- ③芝生養生期間(5月下旬、8月下旬予定)はインフィールドの利用ができませんので、ウォーミングアップ、クールダウン、ドリル練習等はレーン外側の芝生部分をご利用ください。

4. 陸上トラック(ウレタン部分)について

【補助競技場】

1・2・3 レーン → 周回練習主体 リレー	4・5・6 レーン → スタート練習 直走練習 ハードル練習
---------------------------	--------------------------------------

※正規コース以外はウォーミングアップに限ります。

※4・5・6 レーン混雑時は、7・8 レーンも使用可能です。

※200m及び 400mH は第 1 コーナーからバックストレートまでをご使用ください。

- (1) スパイクピンは 9mm 以下を使用し、フィールド内ピットは 12mm 以下のピンを使用してください。
- (2) 全天候用競技スパイクシューズは、ウレタン以外での使用はおやめください。
- (3) ウレタンに唾を吐いたりする行為はおやめください。
- (4) ウレタン上には運動靴以外の靴での立ち入りは禁止です。

**(5) ウレタン部分にテープを貼り付ける際は、弱粘性のテープを使用することとし、使用後は必ず剥がしてください。
(フィールドマーカーを使用してください。)**

- (6) ウレタン上には物を置かないでください。
- (7) ウレタン上では飲食を禁止します。

5. その他注意事項

- (1) 開放終了 20 分前には貸出用具の後片付けを開始し、クールダウンを行い、開放終了時間には速やかに退場してください。
- (2) **コーン等の配置は、指導者・引率者にて実施してください。**
- (3) 開放時間は都合により急遽変更となる場合がございます。事前に当施設までお問い合わせいただくか、下記 QR よりホームページ等でご確認ください。



(厚別公園競技場 HP)

- (4) 荷物・貴重品類は原則、各自の責任で管理してください。仮設更衣室内にある貴重品ロッカーをご活用ください。万が一、紛失や盗難があった場合、当施設では一切責任を負いませんのでご了承ください。
- (5) 競技場及び公園内にはゴミ箱を設置しておりません。ゴミは各自お持ち帰りください。
- (6) 仮設更衣室内での飲食はお控えください。

6. 禁止行為について

- (1) 補助競技場でのスタートピストルの使用は禁止です。
- (2) 音楽・BGM の使用は、他のお客様へご迷惑になるため禁止です。
- (3) 当競技場は、敷地内全面禁煙となっております。
- (4) コーン等によるレーンの占拠は禁止します。混雑時は譲り合ってご利用ください。

厚別公園競技場

〒004-0033 札幌市厚別区上野幌3条1丁目2番1号

TEL 011-894-1144

FAX 011-894-4299