

# 南城市陸上競技大会 投擲練習日について

円盤、槍投げの投擲練習は、陸上競技大会**2週間前(9月24日)**から練習が出来る。

※投擲練習日について円盤投げは、やり投げは月曜日、木曜日の時間は以下のとおり

やり投げ、月曜日、木曜日 18時～20時の2時間

円盤投げ、月曜日、木曜日 20時～22時の2時間

(使用条件)

ただし、練習の際には、受付簿に名前を明記し、  
補助員を必ず2名以上つけて安全面を十分に配慮し練習を行ってください。

※ハンマー投げについては芝への影響が大きい為、禁止とする。

※砲丸投げは2週間前でなくても陸上競技場の占有利用が無ければ終日利用可能