

# 朝霞中央公園陸上競技場 個人無料開放のご案内

市民の「スポーツ振興」と「健康増進」を図るため、朝霞中央公園陸上競技場を無料で開放します。  
(令和5年4月1日～)

## [開放日]

- ◇毎週火曜日（祝日除く） 午後5時15分から午後9時00分まで
- ◇毎月第2・第4土曜日（祝日除く） 午前9時00分から午後4時45分まで

	9:00~12:45	13:00~16:45	17:15~19:00	19:15~21:00
第1・3・5火曜日	—	—	球技	陸上
第2・4火曜日	—	—	陸上	球技
第2土曜日	陸上	球技	—	—
第4土曜日	陸上	球技	—	—

※管理上の理由により、中止する場合がありますので、あらかじめご了承ください。  
ご来場の際は、事前に日程表で開催の有無をご確認ください。

## [利用案内]

### 【全般】

- ご利用は朝霞市内在住、在学、在勤の方に限定します。
- 受付時に市内在住、在学、在勤が分かる身分証を確認させていただきますので、忘れずにお持ちください。確認ができない場合、ご利用をお断りさせていただきます。  
なお、小学生以下の方につきましては、口頭での確認とさせていただきます。
- 午後7時以降の中学生以下のご利用は、保護者の同伴が必要です。
- 貴重品等は、更衣室のロッカーをご利用のうえ、各自の責任で保管してください。  
なお、紛失や盗難等の損害について、施設管理者は一切責任を負いません。
- 受付は、利用開始時間の15分前から行います。受付後は、開始時間まで2階観客席でお待ちください。
- 運動靴を履き、トレーニングウェア等の伸縮性のある服を着用してください。運動に適さない服装でのご利用はお断りします。飲食（水分補給は除く）はロビーやスタンドで行ってください。
- ご利用の際は、施設管理者の案内に従ってください。他の利用者の迷惑になる行為や案内に従わない場合は、退場していただきます。
- けがや事故、利用者同士の問題について、施設管理者は一切責任を負いません。
- ご利用の時間には、準備、片付け、整備、清掃が含まれます。

## 【陸 上】

1. 投てき種目、棒高跳び、障害走は、ご利用になれません。
2. フィールドのご利用は、陸上競技に付随するトレーニングを基本とします。
3. トラックは、以下のとおり種目別でのご利用となります。

< 1 レーン >           記録測定

※ご利用の際には、施設管理者にお声かけください。

< 2 ～ 4 レーン >    長距離走

< 5 ～ 8 レーン >    短距離走

※ 7 レーンのバックストレッチ側はバトンパス

8 レーンのバックストレッチ側はハードル

※ウォーミングアップやクールダウンは、レーン外のグリーンエリアで行ってください。

※ご利用の状況により、変更となる場合がございます。

4. トラックの右回り走行はできません。
5. 以下の備品を貸し出します。ご利用の際は、使用受付簿にご記入ください。

①スターティングブロック

②ハードル

③走り幅跳び用具一式（踏切板・トンボ・スコップ）

④走り高跳び用具一式（支柱・バー・マット）

⑤メジャー

⑥ストップウォッチ

⑦バトン

## 【球 技】

1. 施設の安全管理のため、定員は1区画9名までとします。
2. ご利用は、サッカーを基本とします。その他の種目は、施設管理者にお問い合わせください。
3. 1区画の面積は、17m×26mの全16区画となります。
4. スパイクはフィールド内（人工芝部）のみ使用してください。  
なお、フィールドへの出入りは、トラックに敷いたシートの上を歩いてください。
5. 備品の貸出しはありません。

## 【その他】

1. マスクの着用は個人の判断に委ねます。
2. 施設利用時の検温や手指消毒等、基本的な感染対策は、可能な限り、引続きご協力をお願いします。

## 【問い合わせ】

(公財)朝霞市文化・スポーツ振興公社

朝霞中央公園陸上競技場管理事務所

電話：048-465-7278