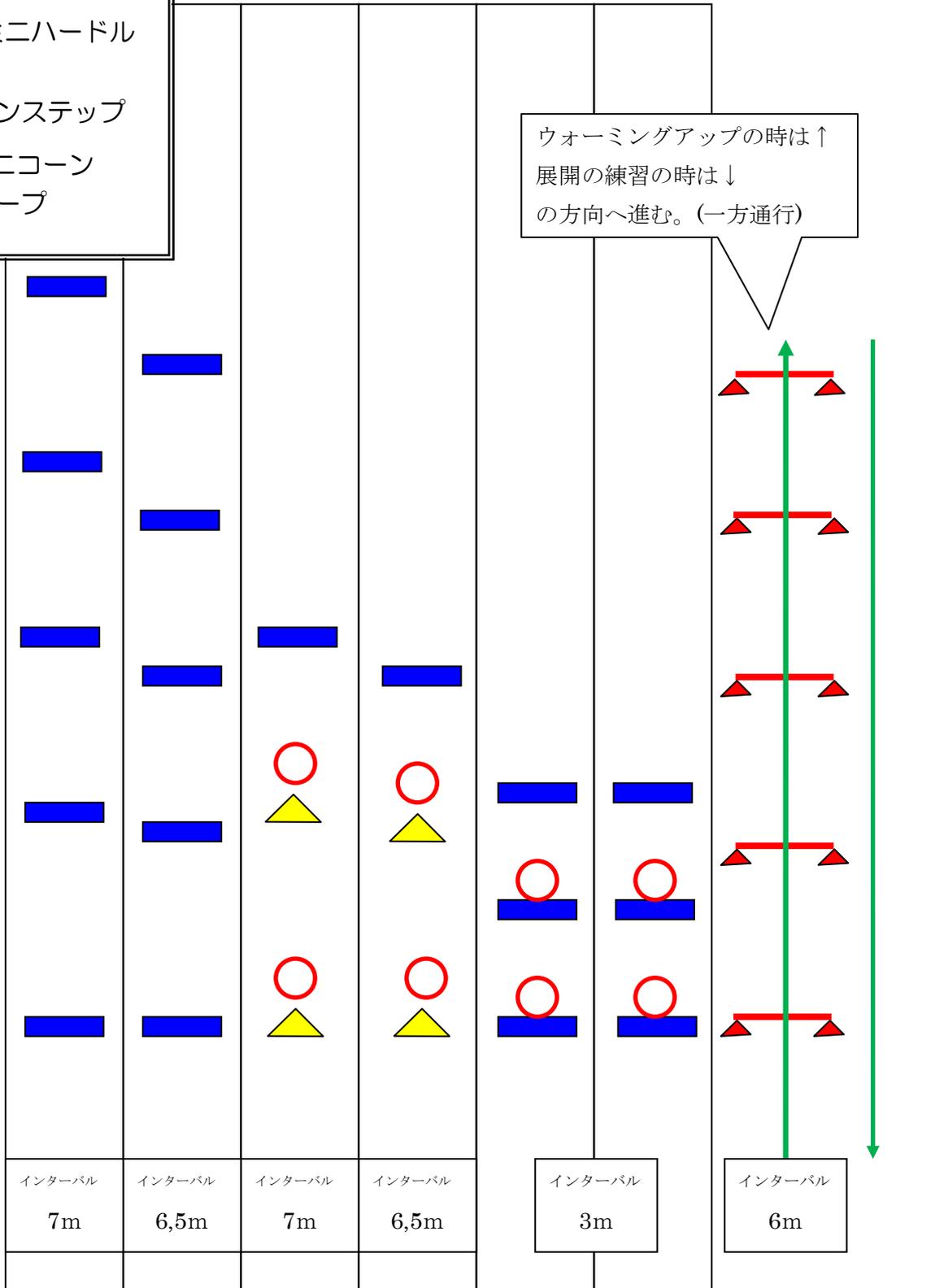


ハードル走 場の設定

⇒ ハードル
 ⇒ ミニハードル
 ⇒ ケンステップ
 ⇒ ミニコーン
 ⇒ テープ

ウォーミングアップの時は↑
 展開の練習の時は↓
 の方向へ進む。(一方通行)



高跳び用支柱

フットワークゾーン

記録測定ゾーン
&
抜き足ゾーン

リズムカルゾーン

1歩ハードルゾーン

シンクロハードル