

大会の安全な進行と試合のスピードアップにご協力をお願いします。

### 大会注意事項・遵守事項（追加）

1) グランドインしたチームは球場責任者の指示のもと、試合前練習などグラウンドルールに従うこと。第一試合のグランドイン時間は、試合開始予定時刻の1時間前とする。前半30分間でランニング・資格審査・攻守決めを行う。後半30分間で下記ウォームアップを行う。

#### 2) ウォームアップ手順

①両チーム	キャッチボール（塁間程度）	5分間
②一塁側チーム	①のキャッチボールを継続して遠投	5分間
三塁側チーム	トスバッティング	
③一塁側チーム	トスバッティング	5分間
三塁側チーム	キャッチボール（遠投）	
④後攻チーム	シートノック	5分間
⑤先攻チーム	シートノック	5分間
⑥グラウンド整備		5分間

注) ④のシートノックを実施しない場合は、ベンチ前で各々サイドノックとし、5分間の時間短縮を図る。

3) グラウンド外で十分にアップできるスペースがある場合、第二試合以降のチームは2)より行う。

4) 勝ち上がりの第三試合は、大会本部が第二試合終了時刻の40分後に試合開始予定時刻を定める。

5) 勝ち上がりの第三試合出場チームは各々ウォームアップし、試合開始予定時刻に合わせ調整する。

#### ———— 30秒ルールの徹底 ————

イニング間の選手の守備交代を30秒以内でスピードアップ  
守備位置まで素早く到達するよう頑張ろう!!