

夢の頂点へ！

～ 限りなく向上せよ！ ～

2022年度 シーズンイン！

2022年度のトラック&フィールドのシーズンが開幕しました。昨年度末をもってこれまで顧問を務めていた近藤先生と和田先生が本校を去られ、代わって新たに川勝先生と麻野先生を陸上競技部の顧問に迎えました。そして、これまで通り、大崎コーチと私・加藤がチームをサポートし、この4人体制で指導にあたります。部員の皆さん、そして保護者の皆様、どうぞよろしくお願い致します。

川勝雛乃（かわかつひなの）先生

今年度から陸上部の顧問をさせていただくことになりました川勝雛乃です。一生懸命練習して、どんどん記録を伸ばしましょう！

麻野将司（あさのしょうじ）先生

初めまして、麻野将司です！ 陸上は未経験ですが、楽しさ・面白さをたくさん知っていければと思います。精一杯頑張りますので、よろしくお願いします。

これから多くの競技会に参加していくことになります。今シーズンの最終的な長期目標と、次の競技会までの短期目標をしっかりと設定することが大事です。そして、それを実現するためには何が必要か、どこをどう鍛えなければいけないのか、自分自身で考えることです。

「主体的に練習に取り組む」

これが今年度のテーマです。この通信で、試合結果や練習内容のことなど、さまざまな情報を届けていきたいと考えていますので、保護者の方にも必ず読んでもらってください。1年間、よろしくお願いします。

（加藤）

スプリング陸上（金岡） 3月25日（金）

【男子】

100m		12" 51(+0.9m)★
200m		24" 39(+1.7m)★
砲丸投		11m09★

【女子】

100m		13" 94(-1.0m)
100mH		予・15" 59(+0.8m)◎ 決・15" 35(+2.5m)※
4×100mR		54" 83
円盤投		23m81◎

東大阪3月記録会②（花園）◀非公認▶ 3月29日（火）

【男子】

100m		12" 07(-0.2m) 12" 55(+1.2m)
200m		24" 41(-0.7m)
走幅跳		5m57(+0.3m)
砲丸投		10m17

【女子】

100m		13" 70(+1.4m)
		14" 32(+1.2m)
		14" 90(+2.0m)
		15" 97(+1.5m)
		15" 61(+1.0m)
		16" 30(+0.5m)
		15" 71(+0.9m)
200m		15" 82(+0.3m)
		34" 32(-1.3m)
4×100mR		57" 67
		1' 02" 35
走高跳		1m35
		NM
走幅跳		3m61(±0.0m)
砲丸投		8m56
		6m76

第1回記録会（万博） 4月10日（日）

【男子】

100m		11" 98(-0.6m)
110mH		19" 92(+0.4m)◎
4×100mR		47" 96
走幅跳		5m53(+4.0m)※
砲丸投		10m26

【女子】

100m		13" 69(+1.5m)◎
		15" 63(+1.4m)◎
100mH		18" 90(+0.5m)◎
4×100mR		55" 68
走高跳		1m35
走幅跳		3m56(-2.1m)◎
砲丸投		9m08★
円盤投		14m23★

中体連強化部記録会（金岡） 3月31日（木）

【男子】

100m		12" 09(+0.1m)
		11" 91(+1.7m)★
		12" 42(±0.0m)★
		12" 52(+1.2m)
		13" 21(+0.2m)★
		13" 48(+0.3m)★
		13" 12(+0.6m)▲
200m		14" 15(+0.3m)◎
		14" 91(+1.2m)★
		24" 34(+1.0m)★
4×100mR		27" 39(+1.5m)★
		48" 27
走幅跳		5m37(+0.1m)★
		4m24(-0.2m)◎
砲丸投		11m25★
円盤投		24m21★
		15m13◎
		14m95◎

【女子】

100m		13" 73(+0.7m)
		13" 75(+0.2m)
		14" 16(+0.7m)◎
		14" 38(+1.0m)
		14" 47(+1.3m)◎
		15" 05(+0.4m)◎
		16" 13(-0.9m)
		15" 85(±0.0m)◎
		15" 58(+0.5m)◎
		16" 34(+1.0m)◎
200m		15" 65(+0.5m)◎
		16" 20(+0.4m)★
		28" 73(+1.5m)◎
		30" 87(+1.5m)◎
100mH		33" 77(+1.5m)◎
		20" 22(+2.0m)
		19" 55(+0.7m)◎
4×100mR		21" 06(+0.5m)◎
		55" 08
走高跳		1m35◎
砲丸投		8m72★
円盤投		6m74◎
		20m59
		12m40

★=PB・・・自己新記録

▲=自己タイ記録

※=追い風参考記録

◎=SB・・・シーズンベスト記録