

河南陸上クラブ4月記録会 結果

2023年4月16日(日) 金岡

【男子】

100m	土海	13" 08 (−1.3m) ★
	合寶	13" 65 (−1.5m)
	森	14" 43 (−2.1m)
	渡邊	12" 96 (−1.7m)
	阪野	13" 34 (−2.9m)
	大西	13" 25 (+0.8m) ★
800m	土海	2' 26" 72
110m H	渡邊	19" 74 (−1.6m) ★
	土海	19" 15 (−1.6m) ★
4×100m R	渡邊 東 阪野 土海	49" 26★
走幅跳	阪野	5m11 (+0.5m) ★
	大西	4m72 (+0.5m) ★
	森	4m40 (+0.3m)
砲丸投(5kg)	合寶	8m20★
スプリント トライアスロン	東	100m 12" 45 (+0.4m)
		200m 25" 59 (−0.6m)

やるときは全力！
 ルートを拓け！
 昨日の自分を超えろ！

【女子】

100m	福島	15" 01 (−1.3m)
	桑原	15" 52 (+2.0m) ★
	中川	15" 35 (+2.0m) ★
	小篠	13" 90 (−1.3m) ★
		14" 07 (+0.8m)
	草野	15" 61 (−1.6m)
100m H	山本	15" 42 (−1.6m)
	小篠	17" 36 (−2.4m)
	草野	19" 32 (−0.1m) ★
	桑原	20" 51 (−0.1m) ★
	中川	21" 15 (−0.1m) ★
4×100m R	山本 川谷 小篠 福島	56" 95
走高跳	小篠	1m30
走幅跳	桑原	3m39 (+0.5m)
	中川	3m41 (−1.1m) ★
砲丸投(2.7kg)	福島	7m87
	草野	7m38
	山本	6m69
スプリント トライアスロン	川谷	100m 14" 65 (−1.2m)
		200m 30" 88 (+1.4m)

★＝自己新記録