

# 陸上競技部

## 全国大会全員出場！

### 部員数 (R6.4現在)

	部員	マネージャー
1年	0人	0人
2年	2人	0人
3年	3人	0人

### 活動曜日・時間 (R6.4現在)

平日 15:00 ~ 16:30

(火・水・金曜日)

休日 9:00 ~ 11:00

(土曜日)



### 活動内容

基礎練習 (アップ、ストレッチ、フォーム確認、加速走など)

専門練習 (短距離・長距離・投擲・跳躍の種目に分かれて行う)

補強 (自重トレーニング・ウエイトトレーニング・TRXなど)

### 活動実績 (主な記録)

#### <令和5年度>

全国大会：女子砲丸投 1位  
女子円盤投 1位  
女子4×100mR 3位  
女子優秀選手賞

県大会：男子800m 3位  
男子1500m 5位、8位  
男子5000m 2位  
女子砲丸投 1位  
女子円盤投 1位

#### <令和4年度>

全国大会：女子円盤投 2位  
女子4×100mR 5位  
女子100m 8位

県大会：男子砲丸投・円盤投 3位  
女子100m 1位  
女子100mH 2位  
女子円盤投 1位