

高

兵庫県立神戸高等学校

陸上競技部

2023.11月更新

■部員(令和5年度)

3年 男子14名・女子13名

2年 男子8名・女子4名

1年 男子12名・女子6名



2023.8.13 神戸・兵庫・長田 三校定期戦にて(画質を落としています)

陸上競技は自分との戦い。すべての部員が「自己記録更新」や「自己の掲げた目標達成」を目指して、日々の練習に取り組んでいます。競技力に関係なく、それらの目標を成し遂げたときには素晴らしい達成感が味わえます。それが陸上競技の醍醐味です。

神戸高校陸上部には、中学校から陸上競技を続けてがんばっている先輩はもちろん、高校から陸上競技を始めて活躍している先輩もたくさんいます。陸上競技をやってみようという「やる気」さえあれば誰でも入部できます。神戸高校陸上部で陸上競技を楽しみましょう!!

■練習環境

- ・直走路2レーン(タータン・約75m※2023年度に増設予定) スタートダッシュやハードル練習に使用
- ・第1グラウンド外周走路(土・約330m)
3周で約1kmとなり、長距離の練習用に使用。短距離は100m~300mの走練習時に使用
- ・跳躍ピット 走幅跳・三段跳(※2023年度に砂場改修工事予定)、走高跳用マット
- ・投てき やり投・円盤投は安全確保時に投げ。やり突き刺し練習用砂山、砲丸投スペースあり
- ・トレーニングルーム 一誠会館内にマシン、フリーウエイトあり(他部との共用)
- ・その他 学校内外に坂道多数あり(坂ダッシュ、クロスカントリー走に使用)

■主な成績 ※駅伝以外は市内大会3位、県大会6位、近畿大会8位以内を掲載。○数字は順位

【令和5年度】

- ・総体神戸地区予選会 【男子】100m③ 【女子】4×100mR③/4×400mR②
- ・県総体 【男子】100m⑥
- ・近畿総体 【男子】100m⑦
- ・ユース神戸地区予選会 【1年男子】100m②/200m③/走高跳③
- ・駅伝神戸地区予選会 男子⑧/女子③ 男女ともに県大会出場

【令和4年度】

- ・総体神戸地区予選会 【男子】走幅跳③
- ・ユース地区予選会 【2年男子】走幅跳③ 【2年女子】走高跳②
- ・神戸市高校選手権 【男子】4×100mR③ 【女子】4×100mR③/4×400mR③
- ・駅伝神戸地区予選会 男子⑧/女子③ 男女ともに県大会出場

■練習日

原則として月・火・水・金・土の週5日。土日が大会の時は月曜休み。長距離部員は個人練習として朝練習(自由参加)も行っています。

■練習時間

平日 最大18:00まで
土祝 午前2~3時間程度
※考查1週間前最大17:00まで
※考查中最大15:00まで