

米子松蔭高等学校 陸上競技部 2022年度 年間活動計画

部員数	1年生 9名 3年生 3名 計12名(4月20日現在)
顧問名	高見 学 稲田 和哉
活動日	月～金 土日のいずれかの休養日外(大会や遠征で土・日曜日も活動する場合あり)
休養日	週末のいずれかを含む週1日以上
活動時間	平日16:00～18:30 土日祝日 7:30～11:30
活動場所	日野川河川敷、弓ヶ浜公園近隣、名和陸上競技場、東山陸上競技場、等

活動目標	部活動を通して体力・技術・精神力等を磨き、社会に役立つ人材を育成する
------	------------------------------------

月	公式戦等	その他(県外試合、合宿等)	練習内容
4	記録会(東山)	全山陰陸上競技大会(松江市)	走り込み練習 スピード練習
5	県陸上競技選手権(布勢) 県高校総体陸上競技(布勢)		スピード練習 調整練習
6	中国高校陸上選手権大会(出雲市)	雲南市陸協長距離記録会(島根県雲南市)	調整練習
7	国体選手最終選考会(布勢)	雲南市陸協長距離記録会(島根県雲南市) 大山合宿(本校単独)	調整練習 走り込み練習
8	全国高校総体陸上競技(徳島県)	三瓶クロスカントリー大会(大田市)	走り込み練習
9	県高校新人陸上大会(調整中)	雲南市陸協長距離記録会(島根県雲南市) 中国実業団長距離記録会(三次市)	走り込み練習 スピード練習
10	日本海駅伝(倉吉市) 中国新人陸上大会(山口市) きたろうカップ境港駅伝(境港市) 県高校総体駅伝競走(境港市)		走り込み練習 スピード練習 調整練習
11	米子～鳥取間駅伝(米子市～鳥取市) 中国高校駅伝(境港市)	岡山県記録会(岡山市)	調整練習
12	全国高校駅伝(京都市)	京都陸協記録会(京都市)	調整練習
1	全国都道府県対抗男子駅伝(広島)		走り込み練習
2		西脇多可新人高校駅伝(兵庫)	走り込み練習
3		玉名ハーフマラソン大会(熊本)	走り込み練習