

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 |