

米子松蔭高等学校 陸上競技部 年間活動計画

部員数	男子12名 女子0名 計12名 (4月8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・日曜日に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 7:30～12:30
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 (山口市)	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) 全国高校総体陸上競技 (滋賀県)	雲南市陸協長距離記録会 (島根県雲南市)	調整練習 走り込み練習
8	全国高校総体陸上競技 (滋賀県)	蒜山合宿 (本校単独)	走り込み練習
9	県高校新人陸上大会 (布勢)	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) 中国高校新人大会 (松江市) 国民スポーツ大会 (青森県) 県高校総体駅伝競走 (境港市)	布部一周駅伝 (安来市広瀬町)	走り込み練習 スピード練習
11	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 (広島市)		走り込み練習
2		西脇多可新人高校駅伝 (兵庫県)	走り込み練習
3		出雲くにびきマラソン大会 (出雲市)	走り込み練習