

1 大会の記録 中学生21人

学年	氏名	学校	2023愛知県総合体育大会 7月22日、23日			第2回名古屋市中小陸上競技大会 7月29日、30日			自己ベスト記録							
			1年100m予	1年100m(新)	400m	100m	100mH	145m	200m	400m	800m	1500m	走幅跳	走高跳	400mR	
2434	村ノ 野村 大野 更奈	川名	1年100m予 14"09(+1.8)	1年100m 14"21(-0.1)	400m 1'07"56	13"87	19"55	20"89	28"90	67"56		2m58		52"82		
2544	古川 彩葉	今池		1年100m(新) 14"62(+0.6)		14"62	19"55					2m45	1m15	60"58		
1年	長坂 実紅	瑞穂ヶ丘		1年100m 15"65(-0.4)	200m 32"11(-1.2)	15"65		32"11								
1年	今井 ゆずな	瑞穂ヶ丘		1年100m 14"70(-0.4)	200m 30"78(-1.2)	14"70		30"78								
1年	磯藤 恵美	瑞穂ヶ丘		1年100m 14"92(-0.4)	200m 31"15(+1.8)	14"92		31"15								
4046	近藤 立梧	椋田	1年1500m(新) 4'56"43	1年1500m 5'05"64	800m 2'25"09	13"56		1'25"09	2'24"77	4'54"42				49"73		
4282	土方 樹	供米田		200m 29"86(-0.1)	4*100mR(A) DNS	14"93		21"73	29"86							
1年	平川 琥之	長久手南		1年100m 14"58(+2.9)	1年100m(新) 14"73(+1.0)	14"73										
2403	鈴木 環奈	神の島	2年100m予 13"62(-2.3)	2年100m 13"61(+0.5)	200m 28"06(+1.5)	13"42	300m 45"47	19"75	28"00	55"41		4m38		51"90		
2905	佐藤 仁	滝の水		2年100m 11"95(+0.4)	200m(新) 24"30(-1.1)	11"95	300m 41"59	24"30	55"46	5'07"12				47"71		
3790	長谷川 凌人	津賀田		2年100m(新) 13"88(+0.4)	4*100mR(B) DNS	13"88		21"80	29"03					50"82		
3974	武藤 圭史朗	真緑		2年100m 13"03(+1.4)	走幅跳 DNS	12"66		18"64	26"23	59"67		6'18"45	4m90	47"71		
2932	木村 英太	本城		2年1500m(新) 5'14"52	800m 2'36"05	14"77		21"55	30"19	2'06"00	4'44"30					
2431	大野 世奈	川名	3年100m予(新) 12"47(+1.8)	3年100m(A決,5組) 12"63(+0.8)		12"47		18"94	26"57	62"29		4m82		51"90		
3419	大村 海偉	千種	3年100m予(新) 11"44(-0.7)	3年100m(B決) 11"50(+0.9)	3年100m DNS	11"44		17"33	23"63			4m20		48"31		
3791	水野 和生	津賀田		3年100m(新) 12"33(+0.7)	200m 25"13(-1.1)	12"33	300m 40"90	18"15	25"13	59"04		4m51		47"71		
2913	森 光輝	椋田	800m予 2'14"27	800m 2'16"74		13"21		20"96	29"35	56"77	1'00m 2'58"77	1500m 4'54"15		54"16		
3700	水原 優斗	天白		3年100m 12"65(+1.3)	200m 26"50(-0.6)	12"60		26"10						47"71		
3993	竹村 大雅	山王		3年100m(新) 12"45(+1.4)	110mH 18"60(+1.6)	12"45		18"09	27"97	61"17				50"82		
3年	島田 幹大	名大附		3年100m DNS	4*100mR(A) DNS	12"45										
	高羽 克尚					12"10						1m85				

2 クラブ新記録(今年は何人できるかな? 楽しみだ。)

達成日	種目	選手氏名	記録
①			
②			
③			
④			

愛知県ジュニア陸上大会参加標準記録

100m 男子11"84 女子13"45 1年100m 男子12"94 女子14"00  
2年100m 男子12"74 女子13"60  
145m 男子11"84(100m) 18"30(145m) 200m(24"30)  
女子13"45(100m) 21"00(145m) 27"40(200m)  
1000m 男子55"70(400m) 2'10"50(800m) 2'55"50(1000m) 4'27"00(1500m)  
女子1'12"00(400m) 2'26"00(800m) 3'22"00(1000m) 5'05"00(1500m)  
110mH(100mH) 男子17"70(91.4m) 女子16"40(76.2m)  
走幅跳 男子5m50 女子4m65 走高跳 男子1m65 女子1m40

3 OB、OG、元クラブ員の活躍から

インスタが更新されています。ぜひ皆さんも子供たちの生き生きした活動の様子をご覧ください。

4 コーチのひとりごと

夏休みに入り、練習する機会が増えるのと体にも負担がかかる。体が思鳴を上げるときがある。そんなときは早めにメンテナンスに通ってほしい。メンテナンスとは選手の思いとところを相談に行くこと。なぜ選手が思鳴なのか。どうしたらよくなるか。自分の体に關心をもち、体の使い方を学んでいこう。一流のアスリートなら誰でもやっていること。中学生の君たちはまだ誰も一流ではないけれど、一流になるために。そして、自分のパフォーマンスをより向上させるために。走ったらケアする。ケアしたら、また走る心がけよう。

愛知県新人陸上競技大会参加標準記録

1年100m 男子12"70 女子13"30 2年100m 男子12"00 女子13"40  
3年100m 男子11"70 女子13"30  
200m 男子25"40 女子23"30 400m 男子1'01"20  
800m 男子2'18"00 女子2'29"00 1500m 男子4'37"00 女子5'15"00  
3000m 男子10'20"00 110(100)mH 男子19"60 女子17"60  
4\*100mR 男子48"00 女子54"30  
走幅跳 男子1m85 女子1m37 走高跳 男子5m20 女子4m80  
棒高跳 男子2m40 女子2m00 円盤投 男子15m00(1.5kg) 15m00(1kg)  
砲丸投 男子6m00(6kg) 5m00(4kg) 女子5m50(2.7kg)