

1 大会の記録 中学生26人

学年	氏名	学校	名古屋地区春季第1回陸上競技大会 4月6日(土)、7日(日)					自己ベスト記録										
								100m	100m(110m)	145m	200m	400m	800m	1500m	1km	2km	400m	
1年	高井野実紀	はとり																52"79
1年	佐藤さゆり	美の水	100m(新)				15"66											61"02
1年	佐藤貴世子	八幡	100m				14"09											51"89
1年	池田 花音	神武	走幅跳(新)				2m82(-0.7)						3m52					61"17
1年	高岸 柚璃	有松	走幅跳	100m(新)			5m12(-0.2)	13"00(-0.2)					5m12					51"89
1年	澤野遼太郎	藤田	100m(新)				13"48(+0.5)						3m95					51"89
1年	大岩 快生	岡城	走幅跳(新)	100m	走高跳		4m70(-0.3)	13"92(+0.8)	1m35				4m70	1m35				51"89
1年	古川 暁	本城																
1年	椋原 春成	瑞穂	100m				13"84(+2.6)											50"09
1年	岡安 翔聖	本城	100m(新)				14"49(+1.3)											58"56
1年	花糖 大樹	神武	100m(新)	1500m			15"58(+1.4)						5'38"90					
1年	園 佑太	明豊																
2年	大野 更奈	刈名	(+100m)	400m(新)	100m													53"25
2年	古川 彩実	今池	(+100m)	100m														53"25
2年	長坂 美紅	瑞穂	(+100m)	100m(新)														56"52
2年	今井ゆずな	瑞穂	100m															56"21
2年	磯部 憲美	瑞穂	(+100m)	100m														56"52
2年	近藤 立希	藤田	1500m															49"13
2年	土方 樹	供米	100m(新)															50"39
2年	平川 竣之	長久手																
2年	近藤 有唯	美知丘																
3年	鈴木 暖奈	神の倉	400m	100m														51"90
3年	佐藤 仁	美の水	400m(新)	100m														47"71
3年	長谷川凌人	津賀田	100m(新)															48"31
3年	本村 英太	本城	1500m															
3年	岩村 慧士	藤山	100m															48"31
	高羽 克典																	1m35

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			

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とした活動の様子をご覧ください。

4 コーチのひとりごと

季節が進み暖かくなったこの週末は、さまざまな種目で自己新記録が生まれました。それは中学生の皆さんの練習への真面目な取り組みとやる気があったからです。まさに「結果は努力を謝辞しない」の言葉どおりでした。その一方で、今回不出場だった中学生もいます。大変残念ですが、焦る必要はありません。スタートは出遅れても、途中の加速で取り返すことができるのは陸上と同じです。これからのシーズンは良いのです。けがをしている人はまず治療に専念してください。それでも焦る気持ちが芽生えたら、今診ていただいている治療院の先生に相談しましょう。適切なトレーニングのヒントがいただけるかもしれません。最後に練習後のダウンやストレッチはきちんと行いましょう。何をしたらよいか困る人は、中学生ライン掲載の動画を活用してください。