

学年	氏名	学校	県小学生陸上選手権大会11/3(木)	第3回名古屋市中陸上競技大会11/6(日)	自己ベスト記録										
					400mR	50m	100m	走幅跳	走高跳	7mH	80mH	3000m	1000m		
3869	5年 伊原 蒼士	東山	5年100m予 DNS	小学男子100m DNS	64"80	8"13	15"17	2m92	1m05					3'17"36	1級
3870	5年 高岸 柚璃	有松	5年走幅跳(6位) 4m02(-1.6)	小学男子100m(新) 14"82(+2.0)	56"90	8"14	14"82	1m20		33m95					
3871	5年 澤野 凛太郎	菊住	5年100m予(新) 14"30(-0.3)	小学男子100m(新) 14"20(+1.0)	56"90	7"85	14"20	2m69							
3872	5年 大岩 快生	春日井 出川	5年走幅跳(新) 3m78(-0.3)	小学男子100m(新) 15"28(+2.0)	57"69		15"28	3m78		31m66					B1427点
3142	5年 古川 樹	笠寺	5年混合4*100mR 64"40(8位)	小学男子100m(新) 16"25(+1.7)	64"40		16"25								
3891	5年 横山 宗佑	野並	5年混合4*100mR 64"40(8位)		64"40		18"25								
4659	6年 大野 更奈	川原	6年100m予 14"48(+0.9)	小学女子100m(7位) 14"35(+2.6)	57"82	8"48	14"47	2m98							4'01"81
4660	6年 武井 陽南	岩倉 曾野	6年混合4*100mR 52"42(なご新、3位)	小学女子100m(1位) 13"00(+2.6)	52"42	7"84	13"15	3m60							4'09"35
4661	6年 古川 彩葵	千種	6年80mH DQ		60"58	8"91	15"95	2m45	1m15	14"60	A1567点				4'28"11
4663	6年 大村 花怜	千代田 田橋	6年走高跳(5位) 1m20	小学女子100m(新) 15"74(+1.5)	60"79	8"98	15"74	2m90	1m20	14"51	A1672点				4'38"15
4662	6年 野村 鈴	陽明	6年100m予(新) 15"00(+0.5)	小学女子100m 15"09(+1.5)	57"02	8"70	15"00	2m80							5'13"51
4664	6年 竹之内優那	高見		小学女子100m(新) 15"94(+1.8)					9"25	15"94	2m69				4'27"44
4665	6年 鈴木 瑞彩	弥富	6年混合4*100mR 52"42(なご新、3位)	小学女子100m(4位) 13"78(+2.6)	52"42	8"15	14"11	3m05							
4666	6年 映葉	猪高	6年100m予 DNS		53"83	8"34	13"95								
4792	6年 森川 飛花	鳴海													
3863	6年 野崎 和希	大高南	6年混合4*100mR 52"42(なご新、3位)	小学男子100m(新) 14"30(+1.0)	52"42	8"16	14"30	4m24		16"94	A514点				4'12"43
3864	6年 森 翔大	菊住	6年走高跳(新) 1m30(6位)	小学男子100m(新) 15"21(+1.7)	56"57	8"72	15"21	1m30		15"68	A1581点				4'18"95
3865	6年 酒井 啓地	平子	6年混合4*100mR 52"42(なご新、3位)	小学男子100m(新、3位) 13"09(+1.5)	52"42	7"56	13"09			13"57					3'45"68
3866	6年 宮垣 晴真	汐路	6年100m予(新) 15"79(+0.1)	小学男子100m DNS	57"82		15"79								
3867	6年 近藤 立梧	菊住	6年100m予(新) 14"16(+0.7)	小学男子100m(新) 14"03(+1.0)	52"78		14"03								3'25"84
3868	6年 金子 周平	大坪	6年100m予(新) 15"40(+1.7)		60"58		15"40								1級

2 クラブ新記録(今年は何人でできるかな? 楽しみだ。)

達成日	種目	選手氏名	記録
① 11月3日	6年混合4*100mR	野崎、武井、鈴木、酒井	5 2 秒 4 2
②			
③			
④			

なご陸記録に残ろう
6年混合R 52"42
 6年100m 男子12"15 女子12"88
 6年走高跳 男子1m30 女子1m32
 5年混合R 54"71
 5年100m 男子12"96 女子13"54
 5年走幅跳 男子4m61
 5年7mH 男子45m85
 4年混合R 58"41
 4年ジャベール 男子38m19
 4年50m 男子7"56 女子7"36

3 OB、OG、元クラブ員の活躍

県大会の日、静岡で行われた大会でOBの高橋大地君が4*100mR、4*400mRに出場して大活躍しています。チームは39'89で全体4位、1600mRでは日本高校新で優勝したと聞いています。OBではありませんが、先日来ていただいた本郷選手も10'12の大会新記録で優勝しています。ますますの活躍を見守り、応援しましょう。また、冬にも来ていただく約束をして

4 HPをご覧ください。

インスタが更新されています。森コーチに作っていただいています。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。

5 コーチのひとりとごと

県小学生陸上選手権大会、第3回名古屋市中陸上競技大会を振り返って

まず6年混合チームの野崎、武井、鈴木、酒井さん、なご陸新記録おめでとうございます。今年はもう出ないのではと内心ひびきましたが、今年も新記録が出て、ほっと胸をなで下ろしています。それ以外にも、なご陸新記録だけでなく、たくさんのメダル、賞状、自己新と、今年も思い出に残る大会になりました。さぞかしここにこで競技場をあとにした人が多かったことでしょう。でも、喜んでばかりもいません。ハードルにたとえれば、また一人一人自分が乗り越える記録が高くなったのですから。春、暖かくなって、また陸上シーズンが始まるまでに体力を付け、心も体もひとまわりたくましくならなくてはなりません。時には、練習がつらい時もあるかもしれませんが、そんな時は、みんな笑顔で励ましあって乗り越えていきましょう。

さあ、いよいよ12月の土曜練習会から冬練習の始まりです。個々の新記録をまた更新するために、冬は体力づくりに励む季節が始まります。6分間走、サーキットトレーニングが始まります。今年はそのに加え、コンパインの種目強化を行います。冬も走幅跳、走高跳、ハードル、ジャベール投げをどんどん練習してもらいます。苦手だからと避けがちになる子もいるかもしれませんが、苦手だからこそ練習が必要なのです。したがって、種目は避ぶことはできません。簡単なレクチャーでどんどん走ってもらいます。投げてもらいます。跳んでもらいます。この冬、自分の新たな可能性に向かって、力強くチャレンジしていきましょう。