

1 大会の記録 中学生13人

選手番号	学年	氏名	学校	国民体育大会選手選考春季選抜競技会4/16(土)、17(日)	第1回名古屋地区ジュニア競技会5/3(火)	自己ベスト記録							
						100m	145m	200m	400m	800m	1500m	走幅跳	リヤ+
4096	1年	スズキ ハナ	神の倉		走幅跳(7位)	100m	13"99		29"07			4m38	54"39
		鈴木 暖奈		4m33(-1.7)	13"63(+3.3)								
4097	1年	ハン けい	植田		走幅跳(5位)	100m	14"42		30"49		4m46	54"39	
		番 葉々美		4m46(+0.8)	14"69(-0.8)								
4098	1年	マツ 77	徳山		100m		15"69		33"03				
		松田 晃歩		DNS									
4742	1年	サトウ ジン	滝の水		100m	200m(新)	13"53		27"80				
		佐藤 仁		13"19(+2.4)	27"80(-1.2)								
4743	1年	ハシガリ ミナト	津賀田				14"66					56"89	
		長谷川 凌人											
4745	1年	ムトウ ケイジ	東陵		100m		13"56				4m35	54"39	
		武藤圭史朗		13"69(+3.7)									
4094	2年	村ノ 村	川名		100m(3位)		12"63	18"98	26"57	62"29	4m82	54"16	
		大野 世奈		12"75(+3.0)									
4095	2年	ヤマカ / エル	大江				14"36	22"18	31"89				
		山中 / エル											
4739	2年	村ノ 高樹	千種		100m(新)	200m(新)	11"83	19"26	24"41		4m20	48"31	
		大村 高樹		11"83(+1.7)	24"41(+1.9)								
4740	2年	ミズノ 和生	津賀田		100m(新)		13"12	19"73	27"15		4m42	57"75	
		水野 和生		13"12(+1.9)									
4741	2年	モリ 光輝	徳田		800m	100m	13"32	26"96	29"35	61"49	2'23"02	1500m 4'59"24	54"16
		森 光輝		2'28"12	13"47(+3.1)					3000m 10'49"44			
4744	2年	ミズノ 優斗	天白				13"75						
		水草 優斗											
4093	3年	ヨコヤマ 清花	徳山	100m	100m(7位)	200m	13"20	20"00	28"00			52"75	
		13"00(+4.6)		13"22(+3.0)	28"04(+1.8)								

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			
⑤			

通信陸上愛知県大会参加標準記録

* () は標準記録を突破しているクラブ員

3年100m 男子11"80 女子13"35 (徳山)
 2年100m 男子12"20 (木村) 女子13"55 (木野)
 1年100m 男子13"20 女子14"30 (鈴木)
 共通200m 男子24"20 女子27"70
 共通400m 男子55"00
 共通800m 男子2'09"50 女子2'27"50
 共通1500m 男子4'26"00 女子5'00"00
 共通3000m 男子9'48"00
 共通110mH 男子17"20
 共通100mH 女子16"85
 共通走高跳 男子165 女子145
 共通走幅跳 男子670 女子465
 1.2年4*100mR 男子46"50 女子52"90

3 OB、OG、元クラブ員の活躍から

4 コーチのひとりごと

季節も良くなり、いよいよ陸上シーズンの始まりです。5月は少し動く汗が出ますが、おむね気持ちよく走ることができ、多少の上げ下げはありますが、競技会ごと少しずつでも、みんなが記録を伸ばすことができます。走る量が増えると、あちこち痛みも出ますが、練習前の準備運動や動きのイメージづくりと併せて、練習後の体のケアにも気を配ってほしいと思います。特に今までできなかった千などは、ダウンがいろいろ減減になりがちですが、中学生の出力は小学生とは比べものになりません。コーチからも動画を撮影しますが、自分自身でもいろいろ検索して、練習後のケアだけでなく、日頃のケアも習慣にしてください。痛い箇所のある子は休めば治るのではなく、練習を続けながら治すことを考えてほしいと思います。