

年間活動計画

令和５年度 陸上競技部 年間活動計画

部員数	男子１１名 女子１０名
顧問	主顧問：新宮成浩 副顧問：黒崎 紅
	部活動指導員：島田正大
方針・目標	①部訓「正確な動きをマスターする」をもとに、粘り強く練習に取り組む ②何事においても感謝の気持ちを忘れずに活動する ③中国大会に多数出場し、インターハイに出場する
通常活動日	月～土曜日
通常休養日	学習時間確保のため日曜日は完全休養日（ただし大会参加の時は月曜日）
通常活動時間	（平日）放課後２～３時間（７時台の電車で帰宅します） （休日）３時間（８：３０～１２：００、夏期は１５：００～１８：００）
通常活動場所	体育館ウエイトトレーニング場、平田スポーツ公園、学校グラウンド

年間活動予定

月	活動計画（参加大会等）	その他・研修会等
４月	出雲陸上競技大会	
	全山陰陸上大会	
５月	島根県陸上選手権大会	
	島根県高等学校総合体育大会	
６月	中国高校陸上競技大会	
７月	国体予選	
８月	全国高等学校総合体育大会	
９月	島根県高校新人大会	
１０月	中国高校新人大会	
	島根陸協記録会	
１１～３月	冬期トレーニング	

特記事項

その他、地元の行事や大学駅伝・一畑マラソン等の大会に補助員として協力することがあります。

