吾嬬立花中学校　【　陸上競技　】部

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| 年間目標 | 一走入魂 ～何事にも全身全霊をかけて全力で走ること～ | | | |
| 部員数<br>（令和8年5月現在） | ３年　男子：９名　　女子：５名<br>２年　男子：８名　　女子：４名<br>１年　男子：１５名　女子：５名<br>合計　男子：３２名　女子：１４名　計４６名 | | | |
| 活動日 | 平日　月・火・水・金　　土日 | | | |
| 活動時間 | 平日 | １６：００～１７：５０ | 休日 | ９：００～１２：００ |
| 休養日 | 木曜日　日曜日　　大会など出場した場合休養日は大会後に設定 | | | |
| 主な活動予定 | ４月 | 試合期Ⅰ（身体作り・種目練習） | | |
| | ５月 | 試合期Ⅰ（身体作り・種目練習） | | |
| | ６月 | 試合期Ⅰ（身体作り・種目練習） | | |
| | ７月 | 夏季鍛錬期（身体作り・種目練習） | | |
| | ８月 | 夏季鍛錬期（身体作り・種目練習） | | |
| | ９月 | 試合期Ⅱ（身体作り・種目練習） | | |
| | 10 月 | 試合期Ⅱ（身体作り・種目練習） | | |
| | 11 月 | 試合期Ⅱ（身体作り・種目練習） | | |
| | 12 月 | 冬季練習（サーキットトレーニング・身体作り・種目動きづくり） | | |
| | １月 | 冬季練習（サーキットトレーニング・身体作り・種目動きづくり） | | |
| | ２月 | 冬季練習（サーキットトレーニング・身体作り・種目動きづくり） | | |
| | ３月 | 冬季練習（サーキットトレーニング・身体作り・種目動きづくり） | | |
| 参加予定大会 | **４～１１月　地域陸協主催大会**<br>**５・６月　地域別陸上競技大会**<br>**７月　東京都大会**<br>**８月　関東大会・全国大会**<br>**９月　墨田区連合陸上競技大会**<br>**１０月　東京都支部対抗陸上**<br>**１１月　東京都駅伝大会**<br>**１２月　関東・全国駅伝大会**<br>**１月　東京都ロードレース大会**<br>**他　各地域主催記録会に多数出場予定** | | | |
| 主な実績 | ７年度 | 関東・全国大会出場　東京都大会優勝・入賞<br>東京都駅伝競走大会女子の部第２位　関東中学校駅伝競走大会出場<br>墨田区立連合陸上大会男子準優勝　総合３位 | | |
| | ６年度 | 全国大会出場女子８００ｍ　３位　東京都大会入賞<br>墨田区立中学校連合陸上競技大会 総合優勝 | | |
| | ５年度 | 全国大会出場・都大会入賞<br>墨田区立中学校連合陸上競技大会総合優勝 | | |