

令和元年度 陸上競技部 長距離ブロック 年間活動計画

部員数	男子 2 名、女子 8 名(うち留学生 2 名)
顧問	監督 亀井修三 外部コーチ 高力香織

方針・目標	① 経営方針 一人ひとりの個性や資質、能力を伸ばすと共に、自主性や協調性、責任感を養う ② 目指す生徒像 ・自ら考え、行動することが出来る ・お互いに助け合い、高め合うことが出来る ・目標達成に向け、努力することが出来る ③ 大会目標 ・全国高校総体出場 ・全国高校駅伝出場
活動日	火・水・木・金・土・日
休養日	月
活動時間	(平日)3 時間 (休日)2 時間
活動場所	校内グラウンド、益田陸上競技場

月	活動計画(大会・合宿)	研修会等
4 月	益田陸上、全山陰陸上、織田記念(広島)	体幹トレーニング 講習会
5 月	島根県選手権、雲南記録会	
6 月	県高校総体、中国高校総体	
7 月	国体予選	
8 月	全国高校総体(静岡)、三瓶クロカン	
9 月	県高校新人、雲南記録会	
10 月	中国高校新人(鳥取)、国体(鹿児島)、西中国陸上、 県高校駅伝	
11 月	中国高校駅伝(山口)	
12 月	全国高校駅伝(京都)	
1 月	都道府県対抗女子駅伝(京都)、浜田市駅伝	
2 月	日原ロードレース、U20 日本選手権クロカン(福岡)	
3 月	益田市駅伝、県新人駅伝	

※ その他、個別に合宿を設定予定