

吾嬭立花中学校 陸上部

年間目標	誰からも応援される選手になる					
部員数	1年生 19名	・	2年生 11名	・	3年生 9名	計 39名
活動日	平日 月・火・水・金 休日 土					
活動時間	平日	16:00～18:00	休日	9:00～12:00		
休養日	木・日					
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 5・6月 地域別陸上競技大会 （7月 東京都大会 8月～関東大会・全国大会出場も目指します） 9月 墨田区連合陸上競技大会 （11月 東京都支部対抗陸上） 他 墨田区総合体育大会・夏季陸上大会				
主な実績	5年度	全国大会出場 都大会入賞 墨田区立中学校連合陸上競技大会 総合優勝				
	4年度	全国大会・関東大会出場 東京都大会入賞 墨田区立中学校連合陸上競技大会 総合優勝				
	3年度	東京都大会 入賞 墨田区立中学校連合陸上競技大会 総合優勝				