

福岡県立北九州高等学校 陸上競技部

① 令和3年度前半の主な成績

| | | | | | |
|-------|----------|-------|-----|------------|-------------------|
| ハンマー投 | 山本 陽真(2) | 44m89 | 3位 | 5/14 | インターハイ北部予選(本城) |
| 三段跳 | 塩崎 愛子(3) | 10m04 | 6位 | 5/16 | インターハイ北部予選(本城) |
| 三段跳 | 樋口 美桜(3) | 11m03 | 4位 | 5/16 | インターハイ北部予選(本城) |
| 400mH | 山崎 愛奈(3) | 72.74 | 6位 | 5/16 | インターハイ北部予選(本城) |
| ハンマー投 | 山本 陽真(2) | 43m21 | 10位 | 5/28,29,30 | インターハイ福岡県予選(博多の森) |
| 三段跳 | 樋口 美桜(3) | 11m10 | 7位 | 5/28,29,30 | インターハイ福岡県予選(博多の森) |

| | | | | | |
|-------|----------|-------|----|------|-------------|
| ハンマー投 | 山本 陽真(2) | 42m97 | 4位 | 6/26 | 学年別北部予選(本城) |
| 円盤投 | 山本 陽真(2) | 21m83 | 7位 | 6/27 | 学年別北部予選(本城) |
| やり投 | 鬼木 志織(2) | 30m42 | 5位 | 6/26 | 学年別北部予選(本城) |
| 400m | 岩崎 哲也(1) | 52.35 | 3位 | 6/26 | 学年別北部予選(本城) |
| 200m | 長尾 啓汰(1) | 23.42 | 5位 | 6/27 | 学年別北部予選(本城) |

② 陸上競技部の主な活動(1)

現在3年生3名(女子3)、2年生6名(男子5、女子1)、1年生9名(男子6、女子3)、マネージャー4名(男子1、女子3)の合計22名で活動しています。全国大会への出場及び入賞を目指し、日々努力を重ねています。そのために毎週ミーティングを行い、目標設定用紙の記入や練習メニューの確認などを行っています。最近はブロック別(短距離・跳躍、長距離、投てき)の活動を重視し、生徒自身が意欲的に活動しています。

陸上競技部の主な活動(2)

本年度から4スタンス・レッシュプロジェクトニ串氏の協力を得て、自分のタイプにあった自然な動かし方を部員全員で勉強しています。これを学ぶことのメリットは、「ケガが少なくなる」、「自分に合った自然の体の動きを理解することで、効率よく体を前に動かすことができる」ことです。

