

**Make Record! Make Histry! Make Legend!**

# 相可高校陸上競技部部報

第1回全国高等学校陸上競技大会 大阪 長居陸上競技場  
8/31 (s a t) 9/1 (s u n)

## 女子

ハンマー投	予選	47m60	油谷文月
		43m85	東 滯
	決勝	49m10	油谷文月 5位
		42m86	東 滯 10位
棒高跳	予選	3m40	中林麻奈
	決勝	3m30	中林麻奈 9位

第56回東海陸上競技選手権大会 静岡 草薙陸上競技場  
8/24 (s a t) 8/25 (s u n)

## 男子

400mH	予選	55.89	上廣 匠
5000m 競歩	決勝	23:27.86	大嶋悠斗 10位
		24:36.62	倉田直哉 15位

## 女子

5000m 競歩	決勝	29:34.65	川邊佑奈 13位
4×400mR	予選	4:16.48	濱口 - 黒田 - 中西 - 加見
ハンマー投	決勝	50m52	油谷文月 4位
		42m26	東 滯 12位
棒高跳	決勝	3m40	中林麻奈 3位



## 秋の大会に向けて

夏休みが終了し、いよいよ秋のシーズンに入ります。8月下旬の東海選手権、全国選抜大会では国体候補選手の油谷選手、中林選手が自己新はならずも安定した記録を残しました。1, 2年生でこれらの試合に出場した選手はこの経験を活かして更に意識高く練習に取り組んで下さい。

県新人大会、国体、日本ジュニアユース、東海新人大会と続く秋の試合で夏休みの地道な努力の成果を出しましょう。季節の変わり目は体調も崩しやすいので、自己管理を今まで以上に徹底して、つまらない怪我でチームの足を引っ張ることのないようにして下さい。

『時間』はみんなに平等に与えられたものです。その『時間』は貯金することができず、常に使用し続けなければいけません。『時間』を目標実現のために効率よく使うようにし、無駄にしないように心がけましょう。