

## 平成31年度部活動年間計画

# 陸上競技 部

顧問名	岩川英俊・松井大助 印	部長 副部長	宮本 大也 竹村 魁斗	
月	活動計画	行事・大会・試合 等	実施内容	備考
4	試合期トレーニング	記録会	ランニング・スプリント・ウェイト・補強等	
5	試合期トレーニング	南予総体・南予選手権	ランニング・スプリント・ウェイト・補強等	
6	試合期トレーニング	県総体・四国総体	ランニング・スプリント・ウェイト・補強等	
7	試合期トレーニング	県選手権	ランニング・スプリント・ウェイト・補強等	
8	夏期鍛錬期トレーニング	全国インターハイ・国体予選・四国選手権	ランニング・スプリント・ウェイト・補強等	
9	試合期トレーニング	長距離記録会・南予新人・県新人	ランニング・スプリント・ウェイト・補強等	
10	試合期トレーニング	日本海駅伝・秋季陸上	ランニング・スプリント・ウェイト・補強等	
11	試合期トレーニング	県高校駅伝・四国高校駅伝	ランニング・スプリント・ウェイト・補強等	
12	試合期トレーニング	全国高校駅伝	ランニング・スプリント・ウェイト・補強等	
1	冬期鍛錬期トレーニング	都道府県対抗駅伝・愛媛駅伝	ランニング・スプリント・ウェイト・補強等	
2	冬期鍛錬期トレーニング		ランニング・スプリント・ウェイト・補強等	
3	冬期鍛錬期トレーニング		ランニング・スプリント・ウェイト・補強等	

学年別部員数							
	1年		2年		3年		計
	普理	商業	普理	商業	普理	商業	
男	4	4	9	6	2	5	30
女	3	0	3	1	5	0	12
小計	7	4	12	7	7	5	42
合計	11		19		12		42