

(陸上競技) 部 年間活動計画

顧問	田中 誠		
顧問	清水 誠人		
今年度の活動目標	個々の競技力の向上に励み、記録の更新とよりレベルの高い大会への出場を目指す		
練習場所	本校グラウンド、愛媛県総合運動公園陸上競技場		
月	参加予定大会、学校行事等	活動日数	休養日数
4月	調整期(動き作り等)・移行期 9 中予地区記録会 15～16 第1回えひめ記録会 23 えひめ陸上カーニバル	21	9
5月	前期試合期 3～5 総体中予地区予選 13～14 中予地区選手権	22	9
6月	前期試合期 3～5 県総体 17～19 四国高校選手権(香川県・丸亀) 25 国体記録挑戦会	16	14
7月	前期試合期・(鍛錬期) 8、15～16 愛媛選手権 29～30 西条ひうち記録会	23	8
8月	中期試合期・(鍛錬期) 2～6 全国高校総体(北海道) 26～27 四国選手権(徳島県・鳴門)	20	11
9月	中期試合期 2 U18・U16記録会 17～19 県高校新人大会	19	11
10月	中期試合期・移行期 1 第2回えひめ記録会 7～8 四国高校新人大会(高知県・春野) 20～22 U18・U16陸上競技大会(愛媛県) 28～29 秋季陸上	15	16
11月	中期試合期・移行期・鍛錬期(基礎体力養成) 5 全国高校駅伝県予選 19～20 四国高校駅伝(高知県)	19	11
12月	冬季強化練習期 24～27 中四国ジュニア合宿(広島県)	20	11
1月	冬季強化練習期 4～6 県陸協ジュニア強化合宿 28 愛媛駅伝選手権(今治～松山)	22	9
2月	移行期 11 愛媛マラソン	13	16
3月	調整期	22	9