

(陸上競技) 部 年間活動計画

顧問	田中 誠	川内 純一	
顧問	中村 りか		
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 14 中予地区記録会 20～21 第1回えひめ記録会 28 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 11～12 中予地区選手権	22	9
6月	前期試合期 1～3 県総体 15～17 四国高校選手権(高知県・春野) 22 国体記録挑戦会	16	14
7月	前期試合期・(鍛錬期) 6、13～14 愛媛選手権 27～28 西条ひうち記録会 28～8/1 全国高校総体(福岡県・博多の森)	23	8
8月	中期試合期・(鍛錬期) 17 スプリント記録会 24～25 四国選手権(愛媛県・総合運動公園) 31 U18・U16記録会	20	11
9月	中期試合期 14～16 県高校新人大会 28 第2回えひめ記録会	19	11
10月	中期試合期・移行期 5～6 四国高校新人大会(愛媛県・総合運動公園) 12～13 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) 3 全国高校駅伝県予選 16～17 四国高校駅伝(香川県・坂出)	19	11
12月	冬季強化練習期 25～28 中四国ジュニア合宿(広島県)	20	11
1月	冬季強化練習期 26 愛媛駅伝選手権(今治～松山)	22	9
2月	移行期 9 愛媛マラソン	13	15
3月	調整期	22	9