

## ●今シーズンが終わりました！1年間ありがとうございました。

2019年10月13日(日)ユニバー記念陸上競技場にて行われた兵庫県秋季記録会をもってトラック・フィールド種目のシーズンが終わりました。今シーズンは大半の選手が自己記録を更新し、4年連続の近畿大会出場も含め、とても充実したシーズンでした。来シーズンに向けて長い冬季練習期間が始まります。個々の成長を温かく見守りたいと思います。

### ★2019年度：年間競技成績★

田中 友貴 (3年生：加古川・中部中出身)	11秒59 (100m)	⇒ 高校地区別記録会 (4/6：ユニバー記念)
藤岡 瞬 (3年生：西宮・高須中出身)	11秒82 (100m)	⇒ 高校地区別記録会 (4/6：ユニバー記念)
吉本 知史 (3年生：明石・野々池中出身)	15秒63 (110mH)	⇒ 県高校総体 (5/31：ユニバー記念)
浅田 仁太 (2年生：小野・小野南中出身)	11秒59 (100m)	⇒ 県高校秋季記録会 (10/5：ユニバー記念)
井之上誠真 (2年生：明石・大久保北中出身)	52秒47 (400m)	⇒ 神戸地区ユース (7/20：ユニバー記念)
河村 颯志 (2年生：神戸・長坂中出身)	11秒36 (100m)	⇒ 神戸地区IH予選 (5/11：ユニバー記念)
川本源一郎 (2年生：神戸・桜が丘中出身)	11秒16 (100m)	⇒ 神戸地区高校選手権 (8/31：ユニバー記念)
小崎 隼斗 (2年生：神戸・押部谷中出身)	55秒09 (400m)	⇒ 明石夏季記録会 (8/8：明石陸上競技場)
佐伯 圭祐 (2年生：加古川・平岡中出身)	2分12秒16 (800m)	⇒ 兵庫県秋季記録会 (10/13：ユニバー記念)
下里 淳司 (2年生：高砂・荒井中出身)	11秒31 (100m)	⇒ 神戸地区IH予選 (5/11：ユニバー記念)
立花 元希 (2年生：明石・大蔵中出身)	36m92 (円盤投)	⇒ 明石夏季記録会 (8/8：明石陸上競技場)
津山 裕生 (2年生：神戸・押部谷中出身)	54秒02 (400m)	⇒ 第2回三田市記録会 (8/3：三木防災公園)
長谷川拓海 (2年生：明石・魚住中出身)	49m20 (ハンマー投)	⇒ 県高校総体 (5/31：ユニバー記念)
三上 竜空 (2年生：小野・小野南中出身)	11m59 (三段跳)	⇒ 神戸地区ユース (7/20：ユニバー記念)
池本 大介 (1年生：加古川・中部中出身)	11秒47 (100m)	⇒ 神戸地区高校選手権 (8/31：ユニバー記念)
末廣 良太 (1年生：小野・小野中出身)	2分12秒07 (800m)	⇒ 明石夏季記録会 (8/9：明石陸上競技場)
関口 智輝 (1年生：神戸・広陵中出身)	55秒09 (400m)	⇒ 県高校秋季記録会 (10/5：ユニバー記念)
田中 直輝 (1年生：伊丹・天王寺川中出身)	11秒50 (100m)	⇒ 県高校秋季記録会 (10/5：ユニバー記念)
松井 将 (1年生：神戸・押部谷中出身)	53m81 (やり投)	⇒ 神戸地区ユース (7/21：ユニバー記念)
吉井 瑠生 (1年生：堺市・庭代台中出身)	11m00 (砲丸投)	⇒ 神戸地区高校選手権 (9/1：ユニバー記念)

男子4×100mリレー 42秒62 ⇒ 県高校総体 (5/31：ユニバー記念)

1走：河村 颯志 (2年生：神戸・長坂中出身) 2走：下里 淳司 (2年生：高砂・荒井中出身)

3走：池本 大介 (1年生：加古川・中部中出身) 4走：川本源一郎 (2年生：神戸・桜が丘中出身)

男子4×400mリレー 3分29秒34 ⇒ 県ユース (8/21：ユニバー記念)

1走：井之上誠真 (2年生：明石・大久保北中出身) 2走：津山 裕生 (2年生：神戸・押部谷中出身)

3走：河村 颯志 (2年生：神戸・長坂中出身) 4走：川本源一郎 (2年生：神戸・桜が丘中出身)

## ●冬季練習期間スタート！

神戸第一陸上競技部の冬季練習は週2日“Group練習”を取り入れています。各専門種目に分かれ1日の目的を立て、メインの練習を考え、メインにつながる意識付けの内容を組み立て、朝練習の過ごし方を決めます。やらされるではなく“やる”練習。「自分たちで」という“自覚・自立心”を養う。これらを目的に昨年度から取り入れています。

チームのスローガンでもある“個人が伸びるからこそチームが伸びる”を大切に充実した冬季を過ごし、来シーズンの活躍を楽しみにしています。