

年間活動計画

東京都立白鷗高等学校

水泳部

年間目標	全員が自己ベストを更新する。			
部員数 (令和7年4月現在)	8人(1年4人、2年3人、3年1人)			
活動日	月・水・木・金・(土) 土曜実施の場合は平日を1日減らす			
活動時間	平日	16:00～18:00	休日	9:00～12:00
休養日	火・(土)・日 土曜実施の場合は平日休養日を1日増やす			
主な活動予定	4月	陸上トレーニング 墨田区記録会		
	5月	スイムトレーニング 東京都高等学校春季水泳競技大会		
	6月	スイムトレーニング 東京都高等学校選手権水泳競技大会、台東区民大会		
	7月	スイムトレーニング 夏季合宿		
	8月	スイムトレーニング		
	9月	スイムトレーニング 東京都高等学校新人水泳競技大会、東京都高等学校長水路記録会		
	10月	スイムトレーニング・陸上トレーニング・外部練習		
	11月	陸上トレーニング・外部練習		
	12月	陸上トレーニング・外部練習 中高一貫校対抗水泳競技大会、墨田区記録会		
	1月	陸上トレーニング・外部練習		
	2月	陸上トレーニング・外部練習 東京都高等学校短水路記録会		
	3月	陸上トレーニング・外部練習		
参加予定大会	東京都高等学校春季水泳競技大会、東京都高等学校選手権水泳競技大会、 台東区民大会、東京都高等学校新人水泳競技大会、東京都高等学校長水路記録会、 中高一貫校対抗水泳競技大会、東京都高等学校短水路記録会、墨田区記録会			
主な実績	4年度	東京都高等学校春季水泳競技大会出場 東京都高等学校新人水泳競技大会出場 男子 50m 自由形 B 決勝 2 位 女子 100m 平泳ぎ B 決勝 2 位		
	5年度	東京都高等学校春季水泳競技大会出場 東京都高等学校選手権水泳競技大会出場 東京都高等学校新人水泳競技大会 男子 50m 自由形 5 位 女子 100m 平泳ぎ 7 位		
	6年度	東京都高等学校春季水泳競技大会出場 東京都高等学校選手権水泳競技大会出場 東京都高等学校新人水泳競技大会出場		