

力を合わせて No2

2018.5.21

都立北豊島工業高校陸上部 辻野

5月12・13・19・20日と4日間にわたり駒沢公園陸上競技場および大井埠頭陸上競技場において都大会が開催されました。

3年生の修学旅行やテストまえの大会となり参加種目に合わせてそれぞれが会場に行きチームとしての参加とはならなかったがそれぞれがベストを出そうと頑張りました。

○ザラ

400m (5月12日)、400mH (13日)、200m (19日) と3日間・3種目の出場となったが、



初日の400mで1'01"34の自己ベスト記録を出して7月の選抜大会参加標準記録を突破した。2日目以降はあまり体調が十分でないと言っていたように、期待の400mHも全体的にスピード感に欠け1'10"15と平凡な記録に終わってしまった。200mはいつもの後半ばてるパターンとは違い後半持ち直したが記録的には27"13 (-0.1)にとどまってしまった。これからはスピードを付ける走力練習を取り入れ、400mを60秒を切れる力をつけて、400mHで新人戦には決勝に進出できる実力を付けてくれればと期待をする。

○ハンマー投げ

12日に大井埠頭陸上競技場でハンマー投げの競技が行われ、野村・渡邊・久保田がエントリーをした。野村は修学旅行の最終日に当たることが解っていたが、もしかするとのことでエントリーをしていたがDNSになった。

渡邊は一投目の29m47で後2本はファールとなった。また、今回も30m越えをできなかった。もう少し練習に取り組む姿勢を持ってもらいたい。

久保田はヘルニアの腰痛を抱えて、ドクターの許可をもらい強行出場となったが、本格練習再開が試合の

2週間まえとなり、35mを超える程度と思っていたが、練習投てきから40m近くへ投げていたのでベスト記録は出してくれるかと期待をした。1投目がファールで今日は駄目かと思っていた2投目に40mラインを超える投てき本人いわく今回頑張りすぎたと後で行っていたが40m03の自己ベストとなり7位入賞となった。3本目ファールの後、腰が痛い顔をしめていたためトップ8との4投目以降はパスをさせた。6位の関東大会に出場の記録には5m以上も水をあげられているが、腰痛と相談をしながら、秋の新人戦や来年の関東大会出場へ向けて練習に取り組んで行こう。



今回、優勝した保善の石坂君の62m21は東京都高校新記録でした。

○やり投げ(牧園)

予選1組で朝一番で追い風の強い悪いコンディションの中、52mの予選記録は高いと思っていたが50mを超える選手は多く出ていた。牧園は学校の練習が背中が痛い満足にできなかったこともあり46m09と48m超えを期待をしていたが残念な結果になった。夏の練習をしっかりと取り組み50mを超えるスローを見てみたい。

○円盤投げ(中山)

朝の1組からライバルたちが38mを超えるスローを見せつけていた。予選は2組に入り、修学旅行や前々日熱っぽいと学校を休み練習にうまく取り組めず、心配していたが練習投てきでは調子がよさそうに見えた。1本目で何なく38m32と36mの予選記録を突破してくれた。

決勝に入ると1本目に40m37と初めて試合での40m越えを見せてもらい、これで大丈夫と内心思っていた。今日は他の選手たちも調子がよさそうで続々と40mを超える記録を出し、トップ8に入る4投目では関東大会リミットの6位の状態で4・5投目の失敗投てきで、見ている方では気が気でなかった。最後の6投目、円盤が伸びを見せて40mラインを大きく超えたときにはホット胸をなでおろした。

記録は 41m67 と 3 位入賞に滑り込んだ。

1・2 位の記録に比べると 3 位から 6 位までの記録は近差なので 3 位入賞はとても幸運だったとしか言えない。



6 月 1 8 日の群馬県での南関東大会に向けたもう少しの時間、どの様に取り組むか、努力を惜しむな。