

青梅総合高校陸上競技部は、～不断の努力・全員陸上～ をモットーとして、日々練習に打ち込んでおります。部員一人ひとりが目標を持ち、その実現に向けて努力をする。その姿勢が、「やる気」として部全体に満ち溢れる、明るく活気のある部活です。

そして、部全体が「強い絆」で結ばれています。それが青総陸上競技部の目指す「全員陸上」です。

東京都高等学校新人陸上競技対抗選手権大会 9/22～24 結果

男子三段跳 中島陸斗(2) 14m00 (6位入賞)
 男子円盤投 鈴木脩斗(1) 31m92 (8位入賞)



円盤投で8位入賞の 鈴木 脩斗



三段跳で6位入賞の 中島 陸斗

個人7種目6名、リレー3種目の計9種目出場!!

駒沢競技場オリンピック公園陸上競技場にて開催された「第70回東京都高等学校新人陸上競技対校選手権大会」において、三段跳の中島陸斗(2年)が自己ベストで6位入賞、円盤投で1年生の鈴木脩斗が8位入賞を果たしました。今後の活躍にご期待ください。

<個人種目>

女子 100mH	斉藤 優衣 (2年)	16" 10 (+1.0) (予選)	
男子 100m	北田 慎司 (2年)	11" 33 (+0.6) (予選)	11" 33 (-1.6) (準決)
男子 200m	北田 慎司 (2年)	22" 73 (+2.9) (予選)	22" 75 (+0.6) (準決)
男子 走幅跳	恩田 颯真 (2年)	6m24 (+0.4) (予選)	
男子 走幅跳	藤本 拓巳 (1年)	NM (予選)	
男子 三段跳	中島 陸斗 (2年)	13m78 (+1.1) (予選)	14m00 (+0.7) (決勝6位)
男子 砲丸投	鈴木 脩斗 (1年)	11m59 (予選)	
男子 円盤投	鈴木 脩斗 (1年)	30m64 (予選)	31m92 (決勝8位)

<リレー種目>

女子 4×400mR	4' 11" 76	斉藤優衣(2)、山田千夏(2)、村田なつみ(1)、田中彩恵(1)
男子 4×100mR	43" 16	前田勝史(2)、北田慎司(2)、武本 淳(1)、恩田颯真(2)
男子 4×400mR	3' 28" 46	恩田颯真(2)、北田慎司(2)、武本 淳(1)、前田勝史(2)

暑い夏に積み重ねた練習の成果が、遺憾なく発揮されました。男子4×100mRでは予選 10位と惜しくも決勝進出は逃しましたが、来春こそ決勝へ、そして関東へ!!



砲丸投(予選) 鈴木 脩斗



100m、200m で準決勝に進出した 北田 慎二



走幅跳 恩田 颯真



走幅跳 藤本 拓巳



100mH 斉藤 優衣



女子4×400mリレーメンバー



男子4×400mリレーメンバー



平成30年度 主な大会の成績

東京都高等学校陸上競技対抗選手権大会 5/12~20 結果

個人8種目6名、リレー4種目の計12種目 都大会出場!!

駒沢競技場オリンピック公園陸上競技場にて開催された「第71回東京都高等学校陸上競技対校選手権大会」において、葉桜色のユニフォームが旋風を巻き起こしてきました。なかでも、寺島しずく（3年）は、昨年の雪辱を果たし、女子400mで6月15~18日に群馬県正田醤油スタジアムで開催されます関東大会への出場を決めました。また、鈴木脩斗（1年）が、砲丸投で1年生として唯一入賞を果たし注目を集めました。今後の活躍にご期待ください。

<個人種目>

女子 200m	寺島 しずく (3年)	25" 87 (準決勝)
女子 400m	寺島 しずく (3年)	57" 96 (6位入賞) (関東大会進出)
女子 100mH	斉藤 優衣 (2年)	16" 54
女子 走高跳	倉重 美南 (3年)	1m61 (7位入賞)
男子 800m	塩崎 良真 (3年)	1' 55" 22 (自己新)
男子 1500m	塩崎 良真 (3年)	4' 02" 10 (決勝15位) (自己新)
男子 三段跳	中島 陸斗 (2年)	13m49 (決勝13位) (自己新)
男子 砲丸投	鈴木 脩斗 (1年)	12m53 (8位入賞)

<リレー種目>

女子 4×100mR	51" 10
斉藤 優衣(2)、寺島 しずく(3)、山田 千夏(2)、秦 菜々美(3)	
女子 4×400mR	4' 04" 88
斉藤 優衣(2)、寺島 しずく(3)、山田 千夏(2)、井上 穂香(3)	
男子 4×100mR	42" 83 (チーム新)
前田 勝史(2)、北田 慎司(2)、細谷 陸(3)、恩田 颯真(2)	
男子 4×400mR	3' 24" 90
金山 アレン(2)、北田 慎司(2)、細谷 陸(3)、塩崎 良真(3)	



(女子走高跳 倉重美南)



(女子400m 寺島しずく)



(男子砲丸投 鈴木修斗)



(男子800m 塩崎良真)



(女子100mH 斉藤 優衣)



(男子三段跳 中島陸斗)



関東高等学校陸上競技大会 6/15 結果

6月15日～18日 正田醤油スタジアム群馬

女子400mに寺島しずく（3年）が出場！！ 予選 57"97

3年間の集大成としてインターハイを目指し全力で戦いましたが、残念ながら予選敗退の結果で終わりました。この悔しさは必ずや後輩が果たしてくれることでしょう。

平成30年度 中学生部活動体験のお知らせ

日 時：12月15日(土) 8:30集合 9:00開始 (12:00まで)

場 所：青梅総合高校グラウンド（直接、グラウンドに集合してください）

※ 雨天の際はトレーニングルームで行います。

〈練習内容〉 ・基礎体力向上、バランスを整えやる気を起こすウォーミングアップ
・ブロック別トレーニング
・本校独自のウェイトトレーニング など

〈持ち物〉 練習できる服装、スパイク、水筒 体育館履き

※ 保護者の見学も可能です。お気軽にお越しください。

※ 参加される中学生は、保護者・顧問の先生に許可を得てから参加してください。なお、参加を希望する場合は、できるだけ事前に保護者又は顧問の先生から連絡をいただけますようお願いいたします。

※ 陸上競技に興味のある陸上部以外の中学生の参加も大歓迎です。

〈問合せ先〉 都立青梅総合高校(0428-22-7604) 陸上競技部顧問 松永正史

