

都立青梅総合高校陸上競技部



～ 不断の努力・全員陸上～

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」で結ばれている。それが青総陸上部の目指す「全員陸上」です。

活動日 放課後練習

火・水・木・金 15:30～17:30

土（土曜授業あり）13:30～16:30

土（土曜授業なし）及び日

8:30～12:00 or 13:30～16:00

朝練習 火・木・金 7:00～8:00



部員数 24名

1年次（男子8名、女子3名） 2年次（男子4名、女子2名） 3年次（男子5名、女子2名）

活動実績 全国高等学校陸上競技対校選手権大会東京都予選会（都総体）結果 5月

| | | | |
|------------|--------------|--------------------------------------|--------------|
| 男子三段跳 | 14m55 (+3.2) | 中島 陸斗(3) | 第2位 関東大会出場決定 |
| 男子100m予選 | 11.16 (-1.4) | 北田 慎司(3) | |
| 男子100m準決 | 11.16 (+1.2) | 北田 慎司(3) | |
| 男子400m予選 | 50.69 | 金山 アレン(3) | |
| 男子4×100m予選 | 42.71 | 恩田 颯真(3) 北田 慎司(3) 前田 勝史(3) 中島 陸斗(3) | |
| 男子4×400m予選 | 3:21.15 | 金山 アレン(3) 北田 慎司(3) 恩田 颯真(3) 前田 勝史(3) | |
| 男子走幅跳 | 6m66 (+1.9) | 恩田 颯真(3) | |
| 男子走幅跳 | NM | 藤本 拓巳(2) | |
| 女子4×400m予選 | 4:06.76 | 斉藤 優衣(3) 山田 千夏(3) 村田 なつみ(2) 園田 幸(1) | |
| 女子走高跳 | DNS | 園田 幸(1) | |

令和元年度 夏休み中学生部活動体験のお知らせ

日時 8月12日(月) 8:30集合 9:00開始 (12:00まで)
8月24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 ・ウォーミングアップ・ドリル
・各ブロック別トレーニング
・本校独自のトレーニング 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・田制久志