【8 月 15 日，16 日　多摩地区選手権大会】

会場：上柚木陸上競技場

台風 10 号接近に伴う中での競技会となりました。
１日目は降ったり止んだりの天気でしたが、降れば大雨となり、
午後の競技は２日目に順延となりました。

本校からは男子１００ｍ，男子４００ｍ，男子砲丸投げにそれぞれ出場しました。
トラック種目出場者はレースの時間に合わせ、何分前から・どのようにアップをすれば
本番で存分に力を発揮できるようになるかを学びました。
また、どのような天気・気候の中でも集中力を切らさないメンタルの保ち方も
今後身に着けていきましょう。
フィールド種目では、１投目２投目３投目とそれぞれ投げるまでの
時間の使い方（疲労の取り方や調子の整え方など）を考えさせられる１日になりました。

男子１００ｍ

男子４００ｍ

男子砲丸投げ