



H29 東北高校800M 7位

H29 東北高校新人陸上 5000MW 第3位

# 西和賀高 陸上競技部

## 活動紹介 H29

個性あふれる、チームです。

## 日常の活動について

練習日 シーズン中（4月～10月）

16:00～18:10 週に2日の休養日

大会翌日は1時間練習 火曜日は休養日

大会の無い週は、土曜日か日曜日を休日にする。

シーズン OFF （11月～3月）

土曜日 or 日曜日 と平日1日

### 競技場練習

週に1回は、北上陸上競技場などで種目練習を行います。

☆朝練習 7:45～8:30☆

希望者と指導者で行っている。現在、半数が自主的に参加

・春夏合宿 東北の強豪校と合同

**部員数 11名（1・2年生）**

2年生7名（男子6名+女子1名）

1年生4名（男子2名+女子2名）

一人一人を大切に伸ばすが、モットーです。

マンツーマンで指導を行います。

### 西和賀高校陸上部の歴史

平成7年 全国混成競歩大会

女子3000MW 優勝

照井貴子さん（西和賀高→筑波大→現 盛岡第二高校教諭）

過去に全国優勝者を輩出

### 平成29年度の活躍

東北高校選手権

男子800m 第7位

東北新人陸上

女子5000MW 第3位

岩手県高校総体

800m 第5位

岩手県新人陸上

5000MW 優勝

## 部費

・1ヶ月1000円 年間12回

・東北大会以上は、自己負担無し



## 新しいデザインのチーム T シャツ



## チームジャージ