

# 生田高校陸上競技部 部活動紹介

こんにちは！生田高校陸上競技部は、部員同士が励まし、協力し、切磋琢磨しながら、自己ベストの更新を目指し、日々活動しています。和気あいあいとした雰囲気、陸上競技を楽しみながら活動を行っています。高校から陸上競技、あるいは新しい種目をはじめた選手も多く、初心者から県大会で活躍できる選手まで幅広い部員がお互いに声を掛け合いながら頑張っています。中学生で興味のある方、練習の見学・体験を希望する方は、044-977-9827（2学年直通）陸上競技部顧問の新納（にいの）までお気軽にお問い合わせください。平日の放課後は16:00頃、大会の無い土曜は8:30頃から活動しています。

《活動日・活動場所》 週に5日活動、2日休みとしています。

大会の無い週（例）

	月	火	水	木	金	土	日
時間	放課後～ 18:30	放課後～ 18:30	放課後～ 18:30	休み	放課後～ 18:30	午前	休み
場所	学校グラウンド	学校前の坂、 ウェイトルームなど	学校グラウンド	休み	学校グラウンド	学校グラウンド、 等々力競技場など	休み

大会のある週（例）

	月	火	水	木	金	土	日
時間	休み	放課後～ 18:30	放課後～ 18:30	休み	放課後～ 18:30	大会	大会
場所	休み	学校前の坂、 ウェイトルームなど	学校グラウンド	休み	学校グラウンド	陸上競技場	陸上競技場

《部員数》 ※2024年6月時点

	短距離	跳躍	投擲	長距離	マネージャー	合計
1年（56期）	1	2	1	1	4	9
2年（55期）	9	2	1	2	0	14
3年（54期）	2	1	0	0	2	5
合計	13	4	2	3	6	28

《主な年間スケジュール》

1月		7月	神奈川県選手権・第一大会・夏合宿
2月		8月	全国総体・地区新人
3月		9月	市選手権・県新人
4月	川崎市記録会・神奈川県記録会	10月	秋季市民・関東新人
5月	地区総体・神奈川県総体	11月	第二大会・県駅伝
6月	南関東総体・市制記念大会	12月	

※太字の大会は、年間の柱となる大会です。8月の全国総体がいわゆるインターハイです。

## 《近年の大会実績》

令和5年度（2023年度）	令和6年度（2024年度）
<p>○神奈川県高校総体 出場</p> <p>男子 4×100mR/三段跳2名</p> <p>女子 三段跳</p> <p>○神奈川県新人大会 出場</p> <p>男子 4×100mR(14位)/三段跳2名/やり投</p> <p>女子 やり投(13位)/800m/円盤投</p> <p>○神奈川県選手権 出場</p> <p>女子 三段跳</p>	<p>○神奈川県高校総体 出場</p> <p>男子 100m2名/200m/走幅跳/三段跳</p> <p>やり投/4×100mR</p> <p>女子 三段跳/やり投/円盤投</p> <p>○神奈川県新人大会 出場</p> <p>男子 200m/三段跳/やり投(16位)/400mH</p> <p>4×100mR/4×400mR</p> <p>女子 やり投2名(11位)/円盤投/走幅跳</p> <p>/三段跳/1500m/4×100mR</p>

## 《ユニフォーム・ジャージ・横断幕》

ユニフォーム



ジャージ



ウィンドブレーカー



横断幕



雲外蒼天…どんな試練でも、  
努力して乗り越えれば快い  
青空が望める という意味

## 《練習場所》

### グラウンド



水はけのよい広いグラウンドに 300m のトラックをひくことができます。直線でも最大で 110m とることができます。トラックの内側では走高跳ピットが設置可能で、やり・円盤などの投擲練習も可能です。トラックの外側に走幅跳、三段跳のピット、砲丸投の練習が可能なスペースもあります。

### 走高跳ピット



### 走幅跳・三段跳ピット



### ウェイトルーム

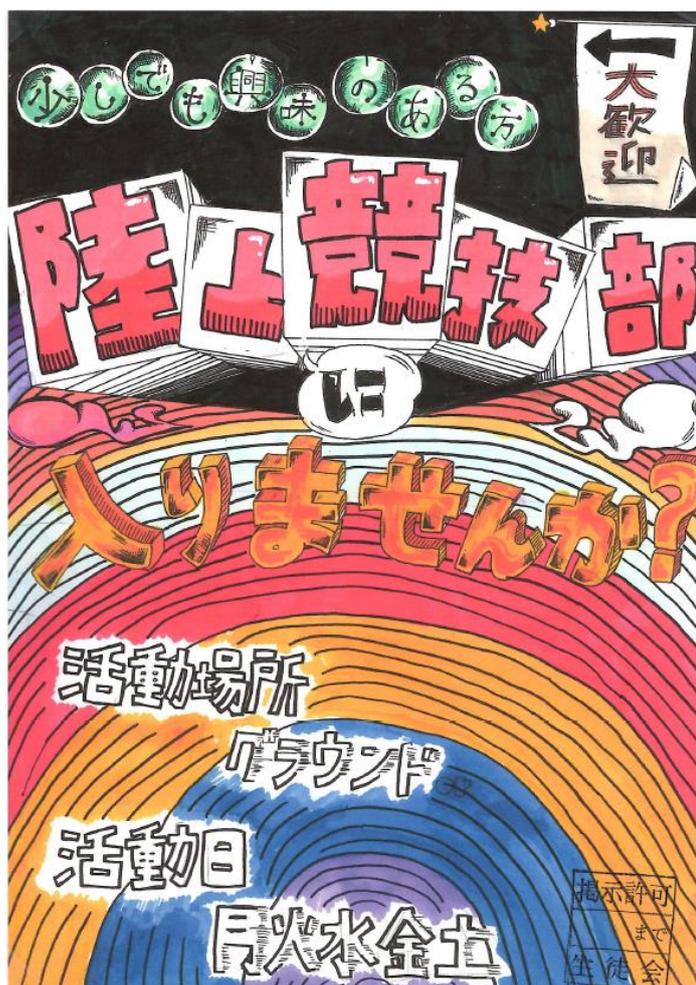


### 正門前坂



グラウンドが使えない日には、本格的な器具が揃ったウェイトルームや、正門前の坂で練習を行います。坂道は最大で 100m とことができ、負荷の高い効果的な練習を行うことができます。

## 《令和6年度 陸上競技部ポスター》



### 《部員からメッセージ》

生田高校陸上競技部、部長の山田です。本校の陸上競技部ではみんなで同じ目標に向かって日々活動しています。部内や同じ種目をしている部員たちの仲も良く、良い雰囲気練習に取り組んでいます。辛い練習でも声を出して部員たちで鼓舞しながら乗り越えて、一歩ずつ力をつけていっています。陸上競技は個人種目ですが、集団として取り組むことで1人では乗り越えられない壁も破ることができます。是非興味があれば体験、入部をしてみてください！  
(2年部長・短距離 有馬中出身)

生田高校陸上競技部、リレーキャプテンの加藤です。生田高校陸上競技部では、陸上経験者から未経験者まで楽しく活動しています。また、それぞれが自分の目標を持ち、ひたむきに努力をしています。陸上競技はトラック種目だけでなく投擲や跳躍など幅広い種目があります。僕たちと一緒に高みを目指しましょう！  
(2年リレーキャプテン・短距離 白鳥中出身)

こんにちは！陸上部マネージャーです。2年生がおらず3年生も引退し、マネージャーは1年生だけとなりました。普段の練習では切磋琢磨しあい、明るい雰囲気励んでいます。選手が競技に集中できるよう、全力でサポートしています。興味のある方は是非陸上部にお越しください！  
(1年マネージャー 平中出身)