



HAMADA J.A.S
SHIMANE

浜田陸上教室ニュース

令和4年11月3日

中国高校新人陸上大会浜田 JAS 卒業生が活躍

10月1日(土)~2日(日)山口県維新百年記念陸上競技場で第31回中国高校新人陸上大会が行われ浜田 JAS の卒業生が活躍をしたので紹介します。まず中国大会に参加するには県新人戦で6位以内に入賞する必要があります。

-----田中悠貴(明誠高 2 男)走高跳 2 位 2m00 cm-----



走り高跳びでついに 200 cm の大台に乗り、自己新記録で 2 位になりました。身長が 170 cm で 30 cm 高いバーをクリアするのは至難の業です。1 年生で 195 cm を跳んでいるので色々と悩んだ(技術的)と思います。県新人では 189 cm (2 位) で悔しい思いをしたので中国大会での 200 cm 超えは嬉しかったと思います。

今年の冬は補強で各種バウンディングを取り入れて、来年度は三段跳びにチャレンジしてほしいと思います。14m00 cm は軽く跳べそうな気がします。色々なジャンプのスキルを高めることによって走高跳にもよい影響があると思います。

-----牛尾壮太(大社高 1 男)やり投げ 2 位 50m02 cm-----



中学 3 年生の時にはジャベリックスローで 49m94 cm (県 1 位) を投げている。大社高校に進学して総体では八種競技 3926 点で 1 年生優勝。9 月に行われた高校新人陸上ではやり投げに出場し 48m95 cm で優勝。今回の中国大会では自己記録を伸ばして 50m02 cm で 2 位と順調に記録を伸ばしています。

運動の巧緻性が高いので八種競技は良い種目だと思います。冬季練習は体力作りのために取り組んでほしいと思います。八種競技で 5000 点が越えられるような体力がつくとやり投げも 60m は軽くいくと思います。

-----品川祐斗(浜田商高 2 男)110mH 2 位 14 秒 98-----



小学生の時は 80mH で 13" 71 で県ランク 2 位でした。背は今のようになく低く低くでしたが、中学 3 年生になると背も高くなり中学生のハードルの高さやインターバルに対応できる基礎体力も付き 16 秒 11 で県ランキング 4 位。高校入学後は 400mH にも挑戦して好成績を残している。来年度は 2 種目で全国大会出場が期待される。冬にしっかり走り 400mH を頑張してほしい。