

小中ハードル・跳躍・投てき練習会

強化練習会参加者名簿	
名 前	種 目
山根 悠誠	80mH
佐々木 吟	80mH
田中 奏志	80mH
福島 照太	走り幅跳び
田中 颯真	走り幅跳び
前原 心柚	走り幅跳び
奥田 由宇	ジャベリックボール
森本 京介	ジャベリックボール
橋本 実央	ジャベリックボール
三浦 徠夢	ジャベリックボール
内田 昊助	ジャベリックボール
前原 愛音	ジャベリックボール

益田市陸上競技場で 11 月 29 日(土) 小中ハードル・跳躍・投てき練習会が行われました。浜田 JAS から 12 名が参加して、普段とは違う雰囲気の中で他の学校の人と一緒に指導を受けました。

【準備運動の様子】



中学生と一緒になので動き作りなどに小学生も刺激を受けているようでした。



【ハードルブロック】





【走り幅跳びブロック】



【投てきブロック】





-----今後の予定-----

- 12月14日(日) 浜田ー益田間駅伝大会(しおかぜ駅伝)
- 12月14日(日) 全国中学校駅伝大会(滋賀県) 浜田一中女子チーム参加
- 12月20日(土) 陸上教室「クリスマスビンゴ大会」
- 12月21日(日) 全国高校駅伝(京都) (大浜選手参加予定)
- 1月 1日(木) 元旦登山 (三階山神社)
- 1月 1日(木) ニューイヤー駅伝大会(三浦選手参加予定)
- 1月 3日(土) 陸上教室中止
- 1月11日(日) 江津市駅伝大会
- 1月18日(日) 浜田市駅伝大会
- 1月31日(土) ちびっこ駅伝大会 (陸上教室中止)

