

令和8年度 練馬区立南が丘中学校 陸上競技部 活動計画

年間目標	目標:日々応援される人間、日々応援されるチーム		
部員数 (令和8年)	3年生:男子2名、女子4名 2年生:男子0名、女子4名 1年生:男子9名、女子0名		
活動日	月、火、木、金、(土)、(日)※5,6,9,10,1月は土日に大会に出場。		
活動時間	平日	16:00~18:30	休日 9:00~11:00
休養日	基本的には、月曜日・土曜日・日曜日 ただし、天候や行事、大会等の関係で変更する可能性もあります。		
主な活動予定	4月	専門練習(地域別陸上競技大会に向けて)	
	5月	第76回東京都中学校地域別陸上競技大会 5/18(土)、19(日)	
	6月	第76回東京都中学校地域別陸上競技大会 6/7(土)、8(日)	
	7月	第72回全日本中学校通信陸上競技東京都大会 6/27(土)、28(日) 第65回東京都中学校総合体育大会陸上競技大会 7/24(金)、25(土)、26(日)	
	8月	夏季練習	
	9月	練馬区連合陸上競技大会 9/19(土)	
	10月	第79回練馬区民大会陸上競技会	
	11月	冬季練習	
	12月	冬季練習	
	1月	第65回東京都中学校ロードレース大会 1/24(日)	
	2月	第79回練馬区民体育大会ロードレース協議会、冬季練習	
	3月	三送会、専門練習(地域別陸上競技大会に向けて)	
主な実績	令和7年	練馬区連合陸上競技大会 女子2年100m 5位 入賞 練馬区連合陸上競技大会 女子1,2年砲丸投 3位 入賞 練馬区連合陸上競技大会 女子1,2年砲丸投 8位 入賞	
	令和6年	東京都中学校総合体育大会1年女子 100m 出場 準決勝進出 通信陸上大会1年女子 100m 出場	
	令和5年	練馬区民大会陸上競技会女子中学2年 100m 7位入賞 東京都中学校ロードレース大会1年男子 2km 3組6位入賞	
	令和4年	練馬区連合陸上競技大会 110mハードル中学1年男子3位	
	令和3年	東京都中学校総合体育大会男子 400m 出場 通信陸上大会男子 400m 出場	
	令和2年	通信陸上大会男子3年100m、女子1年800m出場 東京陸上選手権男子3年100m:第8位 セイコーGGP 陸上2020東京~ライジングスター陸上~中学3年男子100m出場	