

# 陸上

# 部

## 部活動紹介

陸上部では短距離と長距離に分かれて練習しています。東京都障害者スポーツ大会、特体連陸上大会、府中駅伝などにエントリーし、楽しく走りながらも記録の更新を目指して頑張っています。

## 活動の様子



練習の始まりは長距離グループも短距離グループも一緒にウォーミングアップをしています。部長を中心に元気に声を出して身体をほぐしてから、それぞれの練習を行います。冬季は駅伝大会にも参加しているため、出場を希望する短距離の生徒も長距離の練習をします。



昨年度は中止となってしまいましたが、東京都障害者スポーツ大会では練習の成果を発揮して各組のレースで入賞した生徒がたくさんいました。今後も自己記録更新を目指して頑張ります。



10月に行われた特体連陸上大会では、新型コロナウイルス感染症の影響で十分な練習が詰めない中、各組のレースで上位に入り、出場者の多くが総合成績でも入賞を果たすなど、頑張りました。