

国スポ南部地区大会報告

秋への期待、長距離・走幅跳編

記録的にも、これからです 走幅跳陣

記録的には、まだまだですが、秋につながる競技が出来てきていると感じました。奥澤は、優勝はしましたが、記録的には納得せず。いつもベスト記録、ということはないので、秋の飛躍に向けて、夏をしっかりと過ごし、後半から記録への挑戦もしていきたいです。

高橋と有賀は、助走から着地まで、まだまだ安定していませんが、各所で可能性を感じさせる跳躍をしていました。走力の向上と、助走の安定を、まずは目指していきます。

奥澤：「急遽跳べる本数が少なくなってしまう戸惑いしましたが、大きな大会だと3本目までに必ず良い記録を出さなければいけないので、そのための良いイメージにはなったと思います。ただ、その中で助走を安定させられず、1本目と3本目にファールしてしまったことは自分の課題だと感じました。また、自己ベストを大きく更新することを目指して臨んだので、今回の結果は不甲斐ないものだったと思います。課題を改善し、秋には、狙った大会で記録を出すことをできるようにしたいです」

高橋：「だんだんと、助走のスピードがついてきたと感じています。ですが、最後の二歩での減速も含め、まだまだ伸びると思っています。追い風参考ながら、6m後半を出せたのは自分にとっていい経験だし、7mにも一歩近づいたので、よい大会だったと感じました。県予選では、この記録をコンスタントに出していきたいです。」

有賀：「今大会は最終予選出場を目標に臨みました。大会の直前に助走を大幅に変更し、不安の多い中での跳躍でしたがなんとか入賞することが出来て良かったです。ただ、目標の最終予選、自己ベストに届かなかったためまだまだ力不足だと痛感しました。2、3本目は自分でも納得のいく跳躍が出来たのですが、惜しくもファールとなってしまい悔しい結果となりました。「助走の安定」を課題に、新人戦に向けて再出発していきたいと思っています。」



向だ思競県年う技く、がなりム年と会对期が国動1
けけい技大生こに、1がつレし生異と策と開ス公6
てにをが会にと本集の、ス種なも言催ボ園7
大、し出でとと集の、ス種なも言催ボ園7
切秋た来、つな中のレ、形式外国。なとた地競1
なシ選ず思てるすの、は、ポのら、こ予場上月5
舞1手、うは。る、の、競、ポのら、こ予場上月5
台ズが悔よ、1、ス、の、競、ポのら、こ予場上月5
でん多しう学、と、の、競、ポのら、こ予場上月5
あへいいな総2い競

る活に、魅じずれ習はこもリ、優がたンリ、のる
う躍、道に練。れ録乗統敵らかズ、目立、女同、キン、この牛。長
し、新。れ録乗統敵らかズ、目立、女同、キン、この牛。長
注て人戦。る、の、競、ポのら、こ予場上月5
目く戦。る、の、競、ポのら、こ予場上月5
しれで、る、の、競、ポのら、こ予場上月5
てる跳、る、の、競、ポのら、こ予場上月5
いこ躍、る、の、競、ポのら、こ予場上月5
こと陣、る、の、競、ポのら、こ予場上月5
うだが、る、の、競、ポのら、こ予場上月5

暑さの中で長距離の活躍 秋シーズンへ期待大です

牛王田は、記録を狙うために、1年生のカテゴリーではなくて、上級生と走る種目を選択。それでも、序盤から自分でレースを組み立てることとなる。ラストは、先行されてしまったが、追いかけることで記録も向上した。記録は、この時期にしては立派なので、秋以降への期待が膨らむ。

牛王田：「今回の国スポの地区予選の3000mでは、スタートから先頭に立って自分でレースを作り、タイムも目標にしていた8分30秒を切れたので、レースの内容も結果にも満足できるものでした。次の最終予選も、新人戦も積極的に自分から走りタイムも狙っていきます。」



芦澤と石井は、共に2種目入賞です。石井の1500mは1年のカテゴリーでしたが、見事優勝しました。この条件でも、連日、自分の走りが出てくると言うことは、力がついてきた証拠です。今年は、駅伝が例年よりも早いタイミング(10月21日(水))に設定されており、男女とも人数が多いわけではないので、チームとしても早い段階から準備をしていきたいです。

芦澤：「1500、3000のどちらもレース中盤で集団から離れてしまい思うようなタイムが出ませんでした。今回はテスト明けから調子が上がらないまま大会に臨むことになってしまい走りだけでなくコンディションの面でも改善点が多く見分かりました。今年の夏は怪我なく乗り越えて、新人戦、駅伝で戦える選手になります。」

石井：「今回800mと1500mに出場して、両方とも入賞できました。特に1500mでは勝ちきって目標だった1位を取って嬉しかったし自信に繋がりました。しかしピッチが安定せず気を抜いてしまう場面もあったため、満足のいくタイムには繋がらなかったです。新人戦での自己ベスト更新を目標に夏はピッチの強化と最後まで集中を切らさない走りを意識していきたいです。」

～遠征へ行ってきました(7/20)～

遠征と言っても、森林公園です。毎年、合宿の予行練習を兼ねて、1日練習をしています。当然暑さもありますが、しっかりと準備をして、対策をすれば、いい練習が出来ます。少しでも、現状を前向きに捉えて、この夏も乗り越えていきたいです。

○ 部活動体験	八月二十九日(土)	○ さいたま市選手権	八月二十二日(土)	○ 学校説明会・部活動体験	八月二十一日(金)	○ 関東選手権	八月二十三日(日)	○ 国スポ最終予選	八月十一日(火)	○ 山の日	八月十一日(火)	○ 夏季合同合宿	八月五日(水)	○ 学校説明会・部活動体験	七月二十四日(金)
	於：駒場					女走幅跳：21日	於：茨城県笠松		於：上尾			於：新潟県妙高	八月八日(土)		