

夏季強化合宿を行いました！



8月8日～10日にかけて、島根県の国立三瓶青少年交流の家に宿泊し、陸上部の夏季強化合宿を行いました。毎年陸上部では、秋シーズンに向けて個人の身体能力や技術の向上、そしてチーム力のアップのために合宿をおこなっています。非常に厳しい3部練習を、みんなで声を掛け合い乗り越えると、大きく成長できます。尚、夜には学習時間があり、文武両道で頑張っています。



レペティションに挑む長距離部員たち



エンドリスリレーを前に士気を高める短距離部員たち



大草原を駆け抜ける部員たち
クロスカントリーを走ることで、多様な筋力を向上させることができます。

