

陸上競技部

【活動報告】

スプリントブロックは、1月5日に年明け初練習を行い、御岳山へ参拝しました。ケーブルカーを使わずに登り、事前に決めた目標を祈願するという形で実施しました。トレーニングとしての効果は大きくないかもしれませんが、新年の決意を新たにし、これから再び頑張ろうと思える良い行事となりました。

駅伝ブロックは、1月4日に年明け初練習を開始し、東村山中央公園で集団走を行いました。前日には箱根駅伝の補助員も務めており、その経験から箱根駅伝への思いを一層強くし、初日からハードなトレーニングに取り組みました。

今月は両ブロックとも試合がなく、テスト期間と重なりましたが、練習量を確保し、充実したトレーニング期間を過ごすことができました。

