

横浜国立大学陸上競技部の「今」をお伝えします！

## Topic 01 春合宿

3月4日から3月7日までの4日間、静岡県清水総合運動場にて春合宿を実施いたしました。競技に集中できる環境のもと、各ブロックが充実した練習に励むことができました。

また、合宿中には計3回のグループミーティングを行いました。それぞれの回で異なるテーマを設け、部員同士の親睦を深める機会としたり、競技技術について意見交換を行ったり、シーズンの見通しや目標を共有したりしました。活発な議論が交わされ、意義のある時間となりました。

短い期間ながら寝食を共にし、厳しい練習に励むことで、部員同士の絆が一層深まる貴重な機会とすることができました。



## Topic 02 シーズンイン

春合宿を終えたことで、これまで取り組んできた冬季練習にも一区切りがつき、いよいよ本格的にトラックシーズンへと移行していきます。

選手は、春季オープンをはじめとする各競技会に出場しました。天候や風に恵まれず、思うような記録を残せた選手ばかりではありませんが、良い内容であったものは多くみられました。

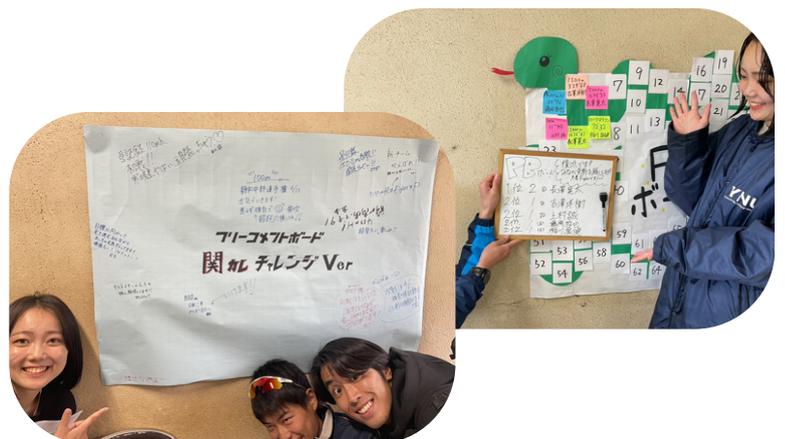
これから始まる対校戦に向けて、それぞれが着実に準備を進めてまいります。

## Topic 03 関東インカレに向けた取り組み

部の新体制とともにリスタートしたPBカウントボードですが、トラックシーズンの到来により、記録の更新が続いています。3月末時点での自己ベスト更新回数は「10回」となりました。

また、「関東インカレ標準切りチャレンジ」に向けた取り組みとして、27大駅伝の際と同様にフリーコメントボードを設置しました。部員一人ひとりが目標や意気込みを自由に書き込むことで、チーム全体の士気を高めています。

来たる対校戦に向け、部員一同心をひとつにし、より一層盛り上げてまいります。これからも変わらぬご声援をよろしくお願いいたします。



## Topic 04 競技会結果報告

### 【3/9 立川シティハーフマラソン】

ハーフマラソン(男子生徒・学生)

稲川 温健(2) 72:32 PB

木村 優斗(1) 76:07 初

湯野川 綴(1) 80:32 初

### 【3/17~19 2024年度関東学連春季オープン競技会】

男子200m

山口 滉太(4) 24.06 (-3.3m)

田畑 裕貴(M1) DNS

西山 佳吾(3) DNS

上井 雄世(2) DNS

上村 誠(1) DNS

男子800m

石井 遥大(2) 1:52.82

男子10000m

湯野川 綴(1) 35:46.66 初

男子400mH

藤岡 哲也(M2) 51.64

### 【3/22 第148回日本体育大学陸上競技会】

男子400m

長島 拓海(4) 52.32

金指 翔(3) 53.90

男子1500m

遠藤 礼偉(3) 4:05.50

石井 遥大(2) DNS

女子100m

南 里菜(4) DNS

### 【3/29 第5回 Tokai Sprint Games】

男子100m

田畑 裕貴(M1) DNS

山口 滉太(4) 11.35(+1.4m)

西山 佳吾(3) 12.12(-0.2m)

男子200m

金指 翔(3) DNS

上井 雄世(2) DNS

男子400m

服部 拓斗(M1) 53.28

長島 拓海(4) 53.89

男子800m

鈴木 阜陽(3) 1:55.77

吉澤 洋樹(3) 1:56.51 PB

エリート女子100m

南 里菜(4) DNS

女子200m

中澤 依吹(2) DNS

### 【3/29,30 第319日本体育大学長距離記録会】

男子5000m

遠藤 礼偉(3) 15:12.26

男子10000m

木村 優斗(1) 33:43.52 PB

湯野川 綴(1) 33:29.76 PB

男子3000mSC

稲川 温健(2) 10:29.09 PB

### 【3/30 東京女子体育大学競技会】

女子走幅跳

宮田 稜子(2) DNS

釣本 陽香(1) 5m74(+0.6m)

女子三段跳

釣本 陽香(1) 11m93(+0.2m)

