

令和8年度 八王子市立別所中学校 陸上競技部

年間目標	個人の体力、心身及び運動能力の向上 専門種目の競技力向上			
部員数	28名			
活動日	火曜日、水曜日、木曜日、土曜日 (日、祝祭日は練習会、大会等開催時)			
活動時間	平日	16:00~18:30 (3~9月) 16:00~18:00 (10月~2月)	休日	午前や午後に3時間程度 ※大会や試合時はその限りではない
休養日	月曜日、金曜日			
主な活動予定	4月	持久カトレーニング、個人種目練習		
	5月	持久カトレーニング、個人種目練習		
	6月	持久カトレーニング、個人種目練習		
	7月	持久カトレーニング、個人種目練習		
	8月	持久カトレーニング、個人種目練習		
	9月	持久カトレーニング、個人種目練習		
	10月	持久カトレーニング、個人種目練習		
	11月	持久カトレーニング		
	12月	持久カトレーニング		
	1月	持久カトレーニング		
	2月	持久カトレーニング		
	3月	持久カトレーニング、個人種目練習		
参加予定大会	4月 国民体育大会予選 5月、6月 都中学校地域別大会、通信陸上競技大会 7月 都総合体育大会 8月 市陸上競技記録会 9月 市陸上競技選手権大会、市中学校陸上競技大会 11月 市駅伝競走大会 1月 都ロードレース大会 2月 八王子市夢街道駅伝 その他陸上競技協会等主催大会			
主な実績	令和7年度	都総合体育大会優勝、通信陸上競技大会優勝 関東陸上競技大会6位入賞、全国陸上競技大会出場 八王子市中学校陸上競技選手権大会優勝 都支部対抗陸上競技大会2位入賞 U16陸上競技選手権大会出場 都ロードレース大会出場		
	令和6年度	都総合体育大会、通信陸上競技大会出場 八王子市中学校陸上競技選手権大会入賞 都ロードレース大会入賞		