

# 陸上部通信 10月号

大阪市立梅南中学校 陸上競技部

## 大阪市中学校秋季総合体育大会 陸上競技の部

9月26日（土）、9月27日（日）にヤンマーフィールド長居で、秋季総体が行われました。

3年生の川上竜生くん（砲丸投）と同じく3年生の原田瑞穂さん（走高跳）が、14位以内に入ることができ、府大会への出場権利を得ることができました！

残念ながら府大会へはいけなかった人達も、それぞれ課題が見つかる試合になったと思います。自己ベストを出している人も多くいましたね。今回の試合を振り返り、自分に足りないところを今後の練習で鍛えていきましょう！

★府大会は10月10日（土）、10月11日（日）にヤンマーフィールド長居で行われます。

＼秋季総体まで頑張った3年生！！／



＼大阪市4位でした♪／



# 継続は力ない

努力をいつまでも続けられる人になろう。



早くも新学年になってから、半年が過ぎました。最初に配った紙に書いた目標を覚えていますか？その目標は達成できましたか？まだ達成できていない人は、残り半年で達成できるように努力をしましょう。

10月12日の大阪市民カーニバルで、今年度の試合は終わりです。試合に出る人は「何秒で走る」「何m跳ぶ」と目標を決めてから、試合に挑みましょう。また試合前のため、10月10.11日は土日ですが、どちらも練習します。カーニバルの次の日から、テスト前のためフリーになります。予定表を確認し、間違えないように気をつけてください。

文化祭取り組みなどで忙しい時期ですが、なるべく文武両道を心がけましょう。

