

陸上部通信 3月号

大阪市立梅南中学校 陸上競技部

発行が遅くなりました。だいぶ暖かくなり、練習しやすい気候になってきましたね。長かった冬季練習も終わり、これからは体力強化の練習から、スピード練習・専門練習に切り替わっていきます。種目ごとに分かれる練習になると、どうしても一緒に練習する人数が少なくなってしまいます。違う種目の仲間同士でも声をかけ合い、「チーム」であることを忘れず練習していきましょう！！

またインフルエンザの流行で延期になった他校との合同練習も、4月中に行いたいと考えています。他校の先生や生徒に「あいさつ」はもちろん、練習中の態度や私語も十分気をつけるようにしましょう。普段と違う仲間といつもと違う練習をすることは、必ずみなさんにとってプラスになるはずです。また詳しいことが決まり次第お伝えします。

随時試合の案内を出しています。「遅いから出たくない」ではなく「自己ベストを出せるように頑張ろう」という前向きな気持ちで積極的に出ましょう。

いよいよ4月になり学年が1つ上がります！上級生という自覚を持って、行動するようにしてください。



万博たこやきマラソン

3月13日（日）に万博記念公園にて、万博たこやきマラソンが行われました。日本初のマラソン後たこやきが食べ放題(笑)

本校陸上部から11名参加しました。マラソンは1人1人目標タイムを設定しましたが、設定を切れる人は少なく、もっと体力をつけて来年リベンジしましょう。

その後のたこやき食べ放題では、関西の有名なたこやき屋さんが20店舗も！時間ギリギリまで両手にたこやきを持って並ぶ、という素晴らしい食べっぷり(笑)たくさん食べ、満足した様子でした。



～今後の試合予定～

- 4月23日(土) ・第2回大阪陸上競技記録会
- 4月30日(土) ・第3回大阪陸上競技記録会
- 5月3日(火・祝) ・大阪市陸上競技フェスタ

来年度も頑張りましょう！！