

令和7年度 板橋第一中学校陸上部 活動のきまり

1. 活動方針

◇顧問

青木 紫苑(あおき しおん) 特別支援学級G組7年担任
大原 聖悟(おおはら しょうご) 8学年副担任
三井 信太郎(みつい しんたろう) 9学年主任
星 大輔(ほし だいすけ) 部活動指導員

◇指導の重点

- ① 大きな声であいさつや返事ができる。
- ② 思いやりをもって、仲間と協力しながら練習することができる。
- ③ 目標をもって、常に全力で練習に取り組むことができる。

2. 活動日・活動時間・活動場所

- ◇活動日：月・木・金の週3日 ※土曜日（日曜）に活動することもあります。
◇活動時間：平日・土日（祝）ともに2時間程度を基本とします。
◇活動場所：校庭 ※雨の日は校舎内で階段や廊下を使ってトレーニングを行います。
※他校との合同練習を学校外の施設（新河岸陸上競技場）で行うことがあります。

3. 年間の主な予定

- ◇5月～6月 東京都中学校地域別陸上競技大会
◇9月 板橋区総合体育大会

4. 服装・持ち物等

- ・基本的には、学校指定の体育着で活動します。
 - ・運動に適した運動靴。（スパイクシューズは必要に応じて）
 - ・水筒・汗ふきタオル・着替え等を状況に応じて持参する。
- ※希望者で購入を受け付ける物品（陸上競技部のTシャツ）があります。

【ユニフォームについて】

- ・ユニフォーム（試合に出場する時に着用・体育着や練習着でも参加可能）
- ・練習着（希望者のみ）※別途案内いたします。
- ・運動靴（ランニングシューズ）、スパイク等は各自購入してください。

5. 部費・費用

部費の徴収は行いません。必要経費はその都度徴収します。

- ※大会に出場する選手は、日本陸上競技連盟登録費用（1450円/年）が必要です。
※大会参加費は、大会ごとに徴収します。

6. その他

- ・活動を欠席する際は、顧問までご連絡ください。
- ・板橋一中「生活のきまり」に準じて部活動を運営していきます。
- ・大会連絡や練習予定等、必要な情報は、書面にてお知らせをしますが、「令和7年度 陸上部クラスルーム」を活用することもあります。定期的な確認をお願いします。