

# 陸上競技部

3年生 14人  
2年生 8人  
1年生 10人  
合計 32人



顧問

宮嶋克幸 先生・川下慈博 先生・加藤誠嗣 先生

活動日

月曜日、火曜日、木曜日、金曜日、土曜日の週5日 (水曜日、日曜日 休み)

活動内容

シーズンは、専門種目の技術練習を主に行う。  
オフシーズンは、筋力、体力向上のためのトレーニングを行う。

部活動の紹介

恵庭南高等学校陸上競技部は、全国大会上位入賞を目指し、高い目標を持ち、日々練習に励んでいます。本校の陸上競技の施設は、400Mトラック、直線130M3レーンの全天候走路（オールウエザー）、室内練習場、トレーニング場が完備され、北海道の高等学校では、一番恵まれた環境でトレーニングが出来ます。また、本校では、石狩管外から通学困難な生徒に、寮も完備され安心して生活できる環境も整っています。本校の陸上部の練習内容は、自分で考え、技術の確認・研究などを行うためタブレットを使用し、各自で目標設定しながらトレーニングを行う時間が有ることが特徴です。ハードなトレーニングを行うこともありますが、自ら陸上競技に取り組むことが出来る部活動です。

過去5年間の主な活動実績

令和6年度	高体連札幌支部 男子 フィールド優勝 北海道高等学校陸上競技選手権大会 15名出場 全国高等学校陸上競技選手権大会4名出場 (男子) 200m 三段跳び やり投 (女子) 100mH 走幅跳
令和5年度	高体連札幌支部 男子 フィールド優勝 北海道高等学校陸上競技選手権大会 20名出場 全国高等学校陸上競技選手権大会3名出場 (男子) 400m やり投 (女子) 400mH
令和4年度	高体連札幌支部 男子 総合優勝 男子 フィールド優勝 北海道高等学校陸上競技選手権大会 29名出場 全国高等学校陸上競技選手権大会13名出場 (男子) 100m 200m 400m 400mR 1600mR 三段跳 ハンマー投 砲丸投 円盤投 やり投
令和3年度	高体連札幌支部 男子 総合優勝 男子 フィールド優勝 北海道高等学校陸上競技選手権大会 34名出場 全国高等学校陸上競技選手権大会15名出場 (男子) 400m 110mH 400mR 1600mR 走高跳 三段跳 砲丸投 やり投
令和元年度	北海道高等学校陸上競技選手権大会 男子21名 女子14名出場 全国高等学校陸上競技選手権大会16名出場 (男子) 1600mR、走高跳、走幅跳、三段跳、2名 円盤投、砲丸投 (女子) 400mH、走り高跳、三段跳、円盤投、砲丸投