

陸上競技部



上越高校陸上競技部は、大会で自分のベストパフォーマンスができるように日々の練習を重ねています。



晴れた日は高田公園陸上競技場や、校舎周辺のロードや設備を生かし活動しています。今年は短距離、跳躍ブロックは人数も多く、活気づいています。



雨の日は体育館のランニングロードやトレーニングルームを使います。体幹トレーニングは毎日行います。

各選手の知識や経験を活かして練習を工夫し、自己ベストそして、まずは地区大会突破を目指して活動しています！