

3月 陸上競技部 予定表

日	曜日	行 事	活動
1	土	豊田運動公園陸上競技場 持ち物：弁当	○ (9:00~13:00)
2	日	休み	×
3	月		×
4	火		×
5	水		○
6	木		×
7	金	卒業式	×
8	土	日進中	○ (8:00~12:00)
9	日	休み	×
10	月	三者懇談会	×
11	火		○
12	水		○
13	木		×
14	金	↓	○
15	土	日進中	○ (8:00~12:00)
16	日	休み	×
17	月		×
18	火		×
19	水		×
20	木	名古屋地区フレッシュ@パロマ北	別紙連絡
21	金		×
22	土	長：トヨタ紡織記録挑戦会@パロマ北 短：日進中	長：別紙連絡 短：(8:00~12:00)
23	日	休み	×
24	月	修了式	×
25	火	日進中	○ (8:00~12:00)
26	水	日進中	○ (8:00~12:00)
27	木	日進中	○ (8:00~12:00)
28	金	日進中	○ (8:00~12:00)
29	土	休み	×
30	日	休み	×
31	月	休み	×

4月の大会予定はまだ確定していません。確定次第コドモン等でお伝えします。

親愛なる陸上部の皆さん、3月中にミーティングを予定しています。来シーズンに向けての個人・チームの目標等を皆さんから聞く予定です。今のうちに考えておいてください。冬季練習のこの時期は大会もありませんので(特に短距離)練習に対するモチベーションがどうしても低下してしまいます。そんなときは想像力を働かせて「少し先の自分」を想像してみましょ。来シーズンの愛日大会、スタートラインに立つとき皆さんはどんな自分でありたいですか?どんな走りをしていきたいですか?「速く走っていたい」「勝ちたい」「笑顔でいたい」と思うなら、練習に向かう姿勢はおのずと決まってくるはず。未来の自分の姿をモチベーションにして、残りの冬季練習を乗り越えていきましょう。