

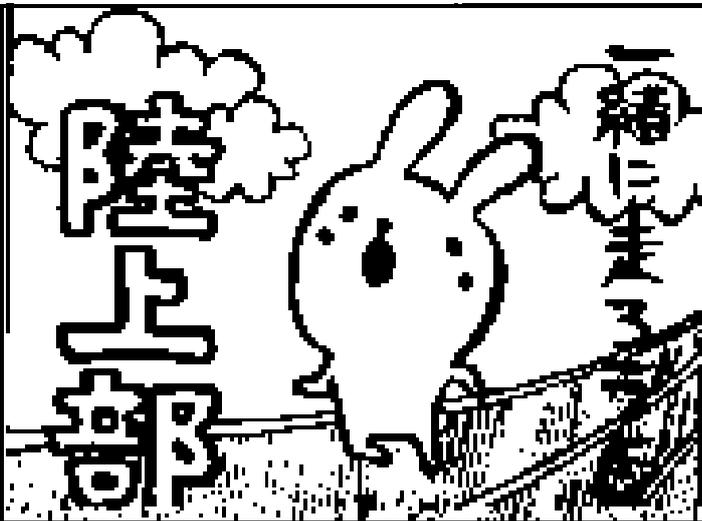
# 陸 上 部

活動目標

風より早く

中学生のみなさんへ

私達向山高陸上部は、互いに切磋琢磨し、絆を深めていける仲間ばかりです。練習はなかなかキツイですが、それを上回るやりがいや、楽しさがある部活です。



活動場所: 学校・競技場・河川敷

活動日程

晴天時 : 月・水…学校 火・土…競技場  
水・金…河川敷 日…休養日  
雨天時 : 短距離…サーキット・筋トレ  
中・長距離…J o g ・筋トレ