

泉大津陸上競技部 新入部員向け資料

陸上部 新入生向け資料

顧問：上田 和也（保健体育科）

- ①練習を休む時は必ず、顧問・キャプテンまで連絡すること
- ②当たり前のレベルを上げる
欠席遅刻 服装 挨拶 言葉遣い 授業態度
- ③ アルバイトは事前に顧問まで相談すること

練習時間

平日：15：40～19：00 完全下校 土曜：8：30～
（休養日：平日時々、試合のない日曜日、試合翌日）

練習場所

メインは校内グラウンド 他校や競技場に行くことも有

費用面

NO	項目	金額（¥）
①	登録費・保険料	1 0 0 0 ・ 4 0 0
②	ユニフォーム（男子）	7 1 5 0 又は 8 3 0 0 （パンツ・スパッツ）
③	ユニフォーム（女子）	9 8 5 0
④	クラブジャージ	1 8 0 0 0
⑤	ランニングシューズ	5 0 0 0 ～ 1 2 0 0 0 程度
⑥	スパイク	7 0 0 0 ～ 2 0 0 0 0 程度
⑦	試合代	4 0 0 ～ 7 0 0 程度 + 交通費
⑧	合宿代	3 0 0 0 0 （内、残金は次年度登録費へ）

すぐに学校へ納金：①・⑦・②または③

スポーツショップまたは長居の陸上専門店で各自購入：⑤・⑥

納金時期相談可：④・⑧

部で身につく力（チャレンジ精神）

できるようになるための・・・



自信（気力）



エネルギー(体力)



工夫（知力）



成果

走る力

跳ぶ力

投げる力

数値化

自己ベスト！
（成長の記録）

こんな人はぜひ陸上部へ

- ▶ 自分の可能性を伸ばしたい人
競技力、体力、リーダーシップ、人間性
- ▶ スポーツが好きな人（得意、不得意問わず）
競技レベルの高さも大切ですが、スポーツを好きになって、自分の成長を実感したい人
選手だけでなく、マネージャーやコンディショニングに興味がある人