



# 西宮東

Track & Field



## ◇寒さにもコロナにも負けず！！

冬休みが明けて本格的に学校生活もスタートしました。まだまだコロナ感染の油断を許さない日が続いていますが感染症対策を万全の上で寒さにもコロナにも負けず練習に励んでいます！！今回もこれまでの練習の様子を紹介致します！

## ◇頑張ってください！！

1月11日の始業式後に「3年生受験直前激励会」を行いました。

いよいよ受験を迎える3年生。

これまでの頑張りを発揮できるように1，2年生が全力でエールを送りました！！



3年生へエールを送ってくれた  
「なえむら」の2人



58 回生部長から3年生へ**熱いコメント**を送  
ってくれました！！

57 回生部長から感謝とエールの言葉を  
いただきました。  
試験当日も全力で頑張ってくれると  
信じています！



激励品贈呈の様子です。  
3年生のみなさん、頑張ってください！



**最後は全員で記念撮影をしました。**

**3年生にも負けないようこれからも1,2年生ともに全力で頑張っていきます！！**



### ◇第2回コントロールテスト！

1月29日に第2回コントロールテストを実施しました。11月実施の1回目のテストから練習の成果を発揮するべく全力で取り組みました！！



**まずは上体起こしからスタート！  
チームメイトに、そして過去の自分に  
挑んでいきました！**





**長座体前屈の様子です。  
この種目で西宮東高校記録が誕生し  
ました！おめでとう！！**

**50m走・30m走の様子です。隣で走る選手に負けまいと全力を出し切りました！**



**砲丸股下投げの様子です。  
この種目でも西宮東高校記録が誕生しまし  
た！この後の種目も期待が高まります！**

**懸垂の様子です。この種目でも西宮東高  
記録が誕生しました！  
これまでの成果を発揮してくれました！**



**立ち三段跳びの様子です。  
最後まで全力で頑張りました！！**

**他にも、「反復横跳び」、「男子1500m、女子1000m」も実施しました。**

第2回コントロールテスト **MVP** の選手です！よく頑張りました！おめでとう！！

