

駅伝を通して自分を磨き、高め合う 「考え、思いを込めて走る」

「速く走りたい」。小学校の運動会や体育の時間、遊んでいる時などにそう思ったことはありませんか。それは、とても素敵な夢です。本校陸上競技部は、素直であなたらしい思いを大切にし、一緒に夢をかなえようとするチームです。

駅伝競技は、年末年始に行われる箱根駅伝やニューイヤー駅伝、全日本女子駅伝などが注目を集めており、全国で愛される日本発祥のスポーツです。たすきをつなぎ、精いっぱい走る姿から「選手たちの思いやドラマ」を感じます。その生き様は、多くの人に夢や感動を与えてくれます。

このように、陸上競技では「自分」で自分を磨き、成長させる経験と、「みんな」で高めあい、成長する経験が可能なのです。本校には、この2つをより集中して経験できる環境があります。専用トラックをはじめ、勉強にも

一人一人に寄り添う指導体制が整えられているのです。

陸上競技を通して、郷土石川から日本中へと夢や感動を届けられる「特別な体験」と「成長体験」ができるチームを目指します。そのためには、皆さんの「輝き」は欠かせません。ただ走るのではなく、「考え、思いを込めて走る」ことにこだわり、明るく笑顔で走り抜けていきます。



金沢学院グリーンフィールド内のランニングロード

チームポリシー *policy*

1. 自分に挑戦 みんなで挑戦
2. 自分らしく 明るく笑顔で輝く
3. とともに学び 日々感謝

NEWS

練習の拠点は、2020年夏にオープンした金沢学院グリーンフィールドです。人工芝のサッカー場、ラグビー場を囲む形で全天候型舗装の1周544メートルのランニングロードと100メートルトラック4レーンが整備されており、抜群の練習環境となっています。

指導者の胸の内

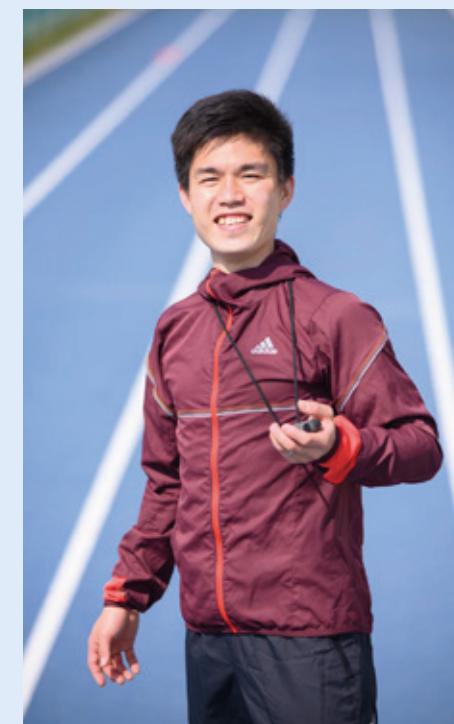
箱根駅伝での感動を子どもたちにも

私は、青山学院大学の陸上競技部で4年間マネージャーを務め、4年次には主務と二人三脚でチームを運営しました。多くの方からの声援を頂きながらチームは箱根駅伝を目指しました。そこでは、選手はもちろんのこと、支えるスタッフ、家族、そして応援してくださる方々に夢や感動を届けることができたと自負しています。

私自身もそこで挑戦と失敗を繰り返しながら、たくさんのことを学ぶことができました。「勝つためのノウハウ」や「個性を輝かせる人やチーム作りのノウハウ」などで、いずれも私にとって大きな財産となっています。この経験を生かし、子どもたちにも陸上競技を通じて「かけがえのない体験」を味わってもらいたいと思っています。

大野 諒 男子監督

石川県立金沢桜丘高校、青山学院大学卒業、2014年から東京都駅伝港区チーム、16年から石川陸協中長距離ブロック強化部、全国都道府県駅伝石川県男子チームのコーチを務める。



小さなことの積み重ねが大切

陸上競技はシンプルな競技で、記録の良し悪しで勝負が決まってしまう。自分の記録を更新する楽しさもありますが、競技そのものは記録がすべてであり、陸上競技は実はシビアなスポーツです。

記録更新には一つのことだけを頑張ってもなかなかうまくいきません。精神面・技術面・身体面・生活面のすべてがそろって初めて大きな力を発揮します。その意味で毎日の積み重ねがその人の本当の強みになります。私も中学時代は部日誌を利用して毎日、練習の振り返りを欠かさず、中学・高校時代は800mで全国大会に出場できました。この積み重ねの大切さを伝え、大きな力を発揮できる生徒を育てていきたいです。

中村 あゆみ 女子監督

石川県立金沢泉丘高校、福島大学卒業。2018年度から石川陸協強化部中長距離コーチ、全国都道府県駅伝石川県女子チームのコーチを務める。



練習場所

金沢学院グリーンフィールド。悪天候時は金沢学院大学附属中学校体育館内ランニングロードほか

活動予定

週6日の練習、1日完全休養日。練習時間は、2時間程度。ポイント練習を週2回程度とし、選手の成長に応じて、基礎作りを中心にランニングトレーニングをバランスよく行う。