

鳥取城北高校女子駅伝部

女子駅伝部は平成21年に都大路（全国高校駅伝）出場を目指して創部しました。15年目を迎える今年は、全国でより戦えるチームに成長することを目標に日々練習に取り組んでいます。

『自分に負けない！！』

鳥取城北高校女子駅伝部は現在29名（マネージャ6人含む）で活動しています。鳥取県内の各種大会だけではなく、全国の大会に出場することで常に全国を視野に入れたチーム作りを目指しています。主な練習場所は学校を中心に鳥取砂丘のクロスカントリーコースや学校周辺の公園、千代川河川敷などを活用しています。週に1～2回はヤマタスポーツパーク陸上競技場でスピード練習やペース走を行っています。チームのモットーは『自分に負けない！』です。練習はもちろんですが、日々の生活においても自分に負けない取り組みを意識しています。選手一人一人が自律したチームなので、全員が明るく元気に毎日を送っています。



全国高校駅伝に4年連続5回の出場

（鳥取県大会1区の濱上選手から2区の宮垣選手へ）



《女子駅伝部の主な進路先》※過去10年
京都産業大学（競技継続）、同志社女子大学、甲南女子大学、神戸親和女子大学、日本大学、高知大学、龍谷大学、美作大学（競技継続）、明治国際医療大学（競技継続）、京都光華女子大学、福岡大学（競技継続）→九電工など（現在0642名）

令和5年度女子駅伝部 部員

【3年生】

志学3人 スポ科（特進）3人 研志1人（7人）

【2年生】

志学3人 スポ科（特進）4人（7人）

【1年生】

志学3人 スポ科（特進）7人 スポ科（体育）2人 研志3人（15人）

【女子駅伝部の1日】

朝練習はスクールバス利用生が多いことから各自で行っています。

自宅周辺や登校後に学校で走ったりして、有効に時間を活用しています。

8時30分 登校 ※登校時に練習日誌提出

8時55分 午前授業

12時25分 昼食

13時10分 午後授業

15時00分 スポ科、研志コース練習開始

16時00分 志学コース練習開始

※練習内容や場所によって、全体練習やコース別に行います。

18時30分 練習終了後に初動負荷トレーニング＆体のケア

19時30分 スクールバス2便出発

※練習内容によっては、1便で帰宅する日もあります。

