

陸上部

○1月の主な活動

1月の練習は種目別練習とは別に10分間走、補強運動など体づくりを目的としたメニューを多く取り入れてきました。次年度の大会に向けて寒い中、生徒たちは体力の向上を目指して頑張っています。

○感染症対策について

今月は感染症対策のため、以下のようなことに注意しながら活動していきました。

- ・活動中はマスクを着用する
- ・メニューの本数や強度を調整し、呼気が乱れる活動を控える
- ・飛沫感染対策のため大きな発声や身体接触を伴う活動は控える

12月27日、小学生部活動見学会を行いました。部活動見学会にご参加いただいた皆様、ありがとうございました。