

令和2年度 鳥取県立鳥取湖陵高等学校ボート部年間活動計画

顧問氏名	福田正宏 松本憲幸 西田政美 湊拓馬(外部指導者)
部員数	1年男子2名 女子2名 2年0名・3年男子2名 女子1名 合計7名
活動日	月、水、木、金、土または日
休養日	シーズン中は火曜日と原則土または日、荒天の日シーズンオフ中は火、日と荒天の日
活動時間	(平日) 月・水・木・金・・・2時間 (3:45～5:45) (休日) 土または日・・・3時間 (9:00～12:00)
活動場所	乗艇練習：湖山池ボートコース、荒天時：湖山池艇庫または本校トレーニングルーム

活動目標	○他校との交流を通じてあいさつなどの基本的礼儀を身に着ける。 ○学校行事を優先しつつボート競技を行い、体力・技術の向上と艇管理を通じて物品管理の責任感を身に着ける。
------	---

月	活動内容	備考
4月	○中国県予選に向けて練習 【中国高等学校選手権大会鳥取県予選会】	コロナウイルス対策のため 大会中止
5月	○県総体に向けての練習【県高校総体】	コロナウイルス対策のため 大会中止
6月	○中国高校ボート選手権大会に向けての練習 【中国高校ボート選手権大会】	コロナウイルス対策のため 大会中止
7月	○国民体育大会中国ブロック県予選会に向けての練習 【国民体育大会ブロック大会県予選会】	
8月	スカル選手権にむけて練習 【鳥取県スカル選手権大会】 【他校と合同夏合宿 (夏季休業中)】	
9月	○新人戦に向けての練習	
10月	○新人戦に向けての練習 【新人戦】	
11月	○冬季マシンローイング大会に向けての練習 【通信制マシンローイング大会】	
12月	○基礎トレーニング ○エルゴトレーニング ○体幹トレーニング 【2000mマシンローイング大会】	国体強化合宿
1月	○基礎トレーニング ○エルゴトレーニング ○体幹トレーニング 【20分マシンローイング大会】	
2月	○基礎トレーニング ○エルゴトレーニング ○体幹トレーニング	
3月	○中国県予選に向けての練習	国体強化合宿

備考 *11月、12月、1月のマシンローイング大会や試合の結果により国体の強化指定を受け、適宜他校と強化合宿を行うことがあります。その時は強化費から費用負担がありますが、間食などの負担をお願いすることがあります。
*新入生には、チームウェアなどの負担をお願いします。