

水泳部 2019 年度活動報告

今年度の水泳部の活動報告およびに活動の様子を紹介いたします。

【部員数】

8名（1年2名／2年1名／3年5名） 男子2名 女子6名

【活動内容】

- ・自己ベストの更新，各種大会での入賞，関東大会出場を目標に日々練習に励んでいます。
- ・現在，部員数は少ないですが，経験者・初心者問わず，明るく元気に活動しています。
- ・シーズン：5月～9月 学校のプールでスイミング，曜日によっては筋力トレーニング
- ・オフシーズン：10月～4月 筋力トレーニング・ランニング・近隣のプールでスイミング

【目標】

- ・全員が大会ごとに自己ベスト更新
- ・県大会上位入賞
- ・関東大会出場

【2019 年度活動実績】 2019 年 12 月 15 日現在

・県高校春季水泳競技大会出場（4/27@取手）

- ＜個人＞ 女子 200m 自由形 第2位 荒木愛梨
- ＜リレー＞ 女子 200m フリーリレー第8位
- 女子 200m メドレーリレー第7位

・県民総体水泳競技大会出場（5/11.12@笠松）

- ＜個人＞ 女子 100m 自由形 第5位 荒木 愛梨
- 女子 200m 自由形 第4位 荒木 愛梨
- ＜リレー＞ 女子 400m フリーリレー第8位
- 女子 400m メドレーリレー第6位
- 女子 800m フリーリレー第5位
- ＜総合成績＞ 競泳の部 女子学校対抗 第8位（25点）

・関東高校水泳競技大会茨城県予選出場（6/22.23@笠松）

- ＜個人＞ 女子 100m 自由形 第4位 荒木 愛梨
- 女子 200m 自由形 第5位 荒木 愛梨
- ＜リレー＞ 女子 800m フリーリレー第6位



女子チーム 総合8位

• 国体選手選考会出場（6/29.30@笠松）

＜個人＞ 女子 200m 自由形 B決勝 第9位 荒木 愛梨

• 県新人水泳競技大会出場（9/28@取手）

＜個人＞ 女子 400m 自由形 第5位 石井 菜都美

• 5地区合同（県南地区）水泳競技大会出場（12/14@取手）

＜個人＞ 女子 50m 自由形 第2位 荒木 愛梨

女子 100m バタフライ 第1位 荒木 愛梨

女子 200m 自由形 第3位 石井 菜都美

女子 100m 平泳ぎ 第3位 石井 菜都美

＜総合成績＞ 県南地区 女子総合第3位（32点）



【顧問より】

「やる気と根性」をモットーに、小人数ですが、平日は毎日欠かさずトレーニングに励んでいます。夏は真っ黒になるまで泳ぎ、冬はきつく、地道な筋力・体力トレーニングで、体づくりに取り組んでいます。1年生から主力としてチームをまとめ、3年間で大きく成長する姿を見るのは顧問として大きな喜びがあります。水泳の上達だけでなく、挨拶や気配りなど人間的にも成長してほしいと願っています。ぜひ、中央高校水泳部に少しでも興味のある方は練習に足を運んでください。お待ちしております。

【アルバム集】 2018～2019 年度 ver



寒い…。早く入りたい…。



イエイ！by 3年女子



練習後 夕日に照らされて



平泳ぎ（3年女子）



飛び込み（1年女子）



自由形（3年男子）