

祝・全国高校駅伝大会出場！がんばれ「豊田大谷高校陸上競技部女子チーム」

2023年11月26日(日)に開催された「第34回 東海高等学校駅伝競走大会」において、[豊田大谷高校陸上競技部女子チーム](#)が見事に優勝し、

2023年12月24日(日)に開催する「[全国高等学校駅伝競走大会](#)」に初出場することが決定しました。

[豊田大谷高校陸上競技部](#)は、「株式会社スポーツ・ウェルネス総合企画研究所」が販売する[認知動作型トレーニングマシン](#)の[スプリントトレーニングマシン\(2021年6月\)](#)と[アニマルウォークマシン\(2023年4月\)](#)を導入し、日々の練習に取り入れています。



女子長距離の指導にあたる片桐常夫先生が、選手の競技力向上をはじめ、全国で戦える選手の育成と、最大の目標である都大路出場(全国大会)を達成する目的で導入いただきました。

スプリントトレーニングマシン

走動作の中に骨盤周辺のダイナミックな動きを加えることや、前足への乗り込み動作と接地足の反発を前進する推進力に変換させることを狙いとしています。

アニマルウォークマシン

遊脚の振り下ろしと軸足の引き上げの素早い切り換え動作や、腕を同時に動かすことで肩甲骨周辺の柔軟性と強化、上肢と下肢の連動動作の習得に活用しています。

最大の成果としては今回の全国大会出場ですが、いままでも愛知県の代表としてインターハイや国体をはじめ、多くの選手が各競技会において素晴らしい成績を納めています。

豊田大谷高校陸上競技部女子チームのみなさま、都大路でのご健闘を健身塾スタッフ一同心より応援しています。