

夢斗さん頑張れ!



稲葉さんは那須ジュニア陸上クラブの1期生。後輩みんなの憧れです



練習では先頭を走りペースを作ってくれました



那須ジュニアクラブOBの中学生も練習に参加

頑張る人を応援!

稲葉夢斗さん × 那須ジュニア陸上クラブ



稲葉夢斗さん（那須拓陽高校3年・駅伝部主将）
昨年の県高校駅伝競走大会で3連覇を果たし、全国駅伝競走大会に出場した那須拓陽高校駅伝部の稲葉夢斗さんをご紹介します

「駅伝での悔しい思いと努力

中学1年生のとき特設の駅伝部に入りました。3年生のとき、県大会に出て、エース区間の1区を走りましたが、良いタイムが出せず地区大会と県大会のレベルの違いを身を持って知りました。また、那須町対抗駅伝大会にも出ました。がそこでも悔しい思いをしました。拓陽高校の駅伝部に入り、必死で練習に取り組み、1年生で県大会に出場し、チームの優勝に貢献でき、また、全国大会で走れたときは、本当にうれしかったです。

「チームで切磋琢磨

仲間との競争があっても、練習が終わったあとに「お疲れさま」と互いに声を掛け合うのが好きです。

「1日の練習量

学校の朝練では、12km以上走り、午後の部活では、補強（体づくり）と、練習メニューにもよりますが、10km以上走るときもあります。部活がない日は、朝は家の周りをウォーキングして、夕方に、自宅から中央運動公園まで走って行きトラックを10周してから、中学生のときに練習していた8kmのコースを走ってそのまま帰ります。

「今年の抱負

チームの目標は、11月3日に行われる県大会での4連覇です。自身の目標は、どの区間を走っても区間記録を更新することです。そ

して、全国で戦うために、力を付け、5,000mを14分10秒台で走れるようにしたいです。

「後輩たちへ

小学生のときは、自分より速く走る友だちがたくさんいました。

中学校でサッカー部に入り、走る力を付けたいと思い長距離を頑張っていたら速く走れるようになりました。今、速く走れなくても練習を積み上げれば、絶対に走る力は付きます。地味な練習もあるかもしれませんが、一つひとつの練習メニューを大切にしてください。

稲葉さんへ応援メッセージ

白井奈津子さん

（那須ジュニア陸上クラブ監督）

努力し続け、夢を実現していく姿は後輩たちの目標になっています。夢斗くんの走りでの感動や元気を那須町に届けてください。そして、これからも仲間とともに走ることを楽しんでほしいです。

人見純太さん（那須ジュニア陸上クラブOB、那須中央中3年）

全国で活躍している夢斗さんを尊敬しています。今年も全国大会に出場し、大学では、箱根駅伝で走り、もつと有名になって、那須町のスターになってください。夢に向かって頑張っている稲葉夢斗さんにあなたが声を援をお願いします！

那須ジュニア陸上クラブ 参加者募集!

年間を通して、月2回程度の陸上教室を開催します。陸上に興味のある方、体を動かしたい方は気軽にご参加ください。

▼対象 小学生
▼場所 中央運動公園、余笹川ふれあい公園

▼種目 陸上競技全般

※冬期は体力づくりのため、主に長距離・中距離を実施します。

▼申込方法 左コード（応募用フォーム）から申込み、またはスポーツセンターにご連絡ください。

▼問合せ スポーツセンター
☎(72)5959

