

令和3年度 全国高等学校選抜自転車競技大会に出場

令和4年3月22日（火）～25日（金）大分県で開催される「令和3年度 全国高等学校選抜自転車競技大会」に2年池田周雅（兄）、1年池田充槻（弟）が出場します。

大会出場に向けて、放課後や土日、自宅での自主練習に励んできました。この大会は、オンラインで視聴可能です。応援よろしくをお願いします。

【会場】

日程	会場	住所
開会式 トラック競技	別府競輪場	〒874-0022 大分県別府市亀川東 1-36
ロード競技 閉会式	オートポリス	〒877-0312 大分県日田市上津江町上野田 1112-8

【本校出場競技】

出場競技	選手名
1kmタイムトライアル	池田 周雅
3kmインディヴィデュアル・パーシュート	池田 充槻
個人ロード・レース	池田 周雅 池田 充槻

【日程】

日程	期日	時間	会場
開会式	3月22日（火）	9:00～	オンライン開催
トラック競技	3月22日（火） 3月23日（水） 3月24日（木）	10:00～17:00 9:30～17:00 9:00～13:00	別府競輪場
オープニングロードレース	3月25日（金）	9:00～	オートポリス (4.674km/1周) 男子 7周 (32.718km)
ロード競技（女子） ロード競技（男子）	3月25日（金）	10:15～ 11:40～	女子 8周 (37.392km) 男子 18周 (84.132km)
閉会式	3月25日（金）	競技終了準備 出来次第	オートポリス

【オンラインURL】

https://www.youtube.com/channel/UCHGnLBkmXyL_utf8swm7zIA/featured

【選抜大会に向けて】

①選抜大会の目標タイムは？

池田周雅 1 kmタイムトライアル 1分8秒
池田充規 3 kmインディヴィデュアル・パーシュート 3分40秒

②選抜大会に向けて、どのようなことを意識して取り組んでいますか。

冬休み前に行ったアスリート診断の結果から、**食生活の改善**を行っています。これまでは、摂取量だけを意識していましたが、どんな食品からどんな栄養素をどのように摂取することが自分にとって望ましいのかを考えながら食生活を組み立てています。管理栄養士の先生からも具体的なアドバイスをしてもらうことで、大会に向けて自分の体をどのように調整していく必要があるのかも意識するようになりました。

また、自宅ではローラーやワットバイクを使って、30秒×1Setを5本、1分×1Setを5本の**自主練習**を繰り返しています。

③選抜大会に向けての抱負

数少ない全国の選手のレベルを知ることができる貴重な大会です。この大会での経験を夏のインターハイ出場に繋げることができるよう頑張りたいです。応援よろしくお願いします。

【練習の様子】



★大仙市よりスポーツ奨励賞をいただきました★



私たちは、高校入学後に自転車競技を始めました。それまで競技の知識や経験は全く無く、ただ練習を見てかっこいいと思ったことがきっかけです。しかし、**自転車競技は、初心者でも努力を重ねれば結果がついてきます。**皆さん是非一緒にインターハイを目指してみませんか。入部をお待ちしています！