

春季合同合宿

3月31日（木）～4月3日（日）に福井県坂井市の三国運動公園において春季合同合宿を行いました。

京都府の中長距離ブロックを持つ高校が数校集まって合同合宿を実施しています。夏の鉢伏高原の合宿、園部や柘野で行われる冬の合宿、そして今回の春に行われる三国合宿です。

今回は乙訓高校の他に、桂高校、桃山高校、網野高校、東山高校が合同で合宿を行いました。

天候に恵まれ、暖かい気候の中、早朝練習、午前練習、午後練習の3部練習を行いました。ペース走、インターバル、クロスカントリー、各校が指導を担当した補強運動など多彩なメニューを行い、充実した合宿になりました。

いよいよシーズンインです。



【開講式】



【早朝練習のペース jog】



【午前練習で東尋坊へ】



【東尋坊】



【全員で砂浜の清掃】



【こんなにゴミが集まりました】



【補強運動】



【公園内の桜。春です。】



【ペース走】



【閉講式】