

ウェイトリフティング部の特性及び本校の状況

1 ウェイトリフティングの競技の特性

○競技に向く生徒の特性

- ・瞬発力が優れている

ダッシュ力、ジャンプ力、筋力

2 競技の特性

○体重による階級別競技

- ・男子9階級、女子8階級

○高校生になってから始める競技

3 故障・ケガ等

○膝、腰の成長痛は見られる。他競技に比べて圧倒的に少ない。

4 試合・大会

○県高体連大会（高校総体、一年生大会、新人大会）

○九州大会（九州総体、九州選抜大会）

○全国大会（全国総体、全国選抜大会、国民体育大会、全日本選抜女子大会）

5 本校の状況

○活動時間

通常練習（火曜日から日曜日）

○活動実績

全国大会優勝 延べ7名 入賞者多数

○競技に関わる費用

初年度 クラブジャージ、ユニフォーム、シューズ 7万円程度

遠征 九州外1万円、九州内5千円

合宿費1泊2500円以下、年間20泊程度

