

# RUGBY ラグビー部

## 【活動目標】

- 「ONE TEAM」を目指す！
- 自分の可能性にチャレンジする！
- チーム・個人で全国出場を目指す！

## 【年間活動予定】

4月	全国高校選抜大会 合同練習 普及指導講習会 県春季大会
5月	全国高校7人制大会県予選
6月	県高校総体 東北高校大会
7月	U16・U17東北ブロックトレセン 県ラグビーカーニバル
8月	校内合宿 ウェイトトレ強化
9月	全国高校大会県一次予選・準々決勝
10月	全国高校大会県予選準決勝・決勝
11月	県高校新人大会 ウェイトトレ強化
12月	全国高校大会
1月	合同練習
2月	東北高校新人大会
3月	東北合同大会

【活動内容】 平日 16:00～18:00  
土日 9:00～12:00

※週2～3回ウェイトトレーニングで効果的に肉体改造に取り組みます。

※シーズン中は、毎週火曜日が休み。

オフシーズンは日曜日に休みを入れます。

## 【社会人でも活躍する(した)主なOB】

H 9年度卒(堀口→国際武道大→NEC)

H17年度卒(三沢一→帝京大→豊田自動織機)

H19年度卒(東北東→東海大→パナソニック)

H20年度卒(三沢一→立命館大→神戸製鋼)

H23年度卒(木ノ下→大東文化大→東京ガス)

H24年度卒(堀口→天理大→JR西日本)

【活動場所】 本校ラグビーフットボール場

トレーニング室(ベンチ 100kg 以上達成)

## 【現在までの成績・大会結果】

- 全国高校ラグビー大会青森県予選会 優勝2回(全国大会出場2回)・準優勝5回
- 東北大会 II部 優勝1回・準優勝2回
- 東北新人大会 II部 優勝1回・準優勝1回
- 県高校総体 優勝3回・準優勝7回
- 県春季大会 優勝3回・準優勝8回
- 高校日本代表選手(海外遠征)4名輩出
- ラグビーU18東西対抗戦 東軍代表 など

## 【中学生のみなさんへのメッセージ】 ～君も三商でラグビーやってみないか！～

ラグビーには15の様々なポジションがあり、どんな人にも適したポジションが必ずあります。ラグビーは、誰でも初めてなので、新しいスポーツに挑戦したい人、体を鍛えたい人、自分の新たな可能性を試してみたい人、今までスポーツはあまりやってこなかった人、学生生活最後の部活動でレギュラーとして活躍したい人、大学でも活躍したい人等、どんな人でも大歓迎です。中学生の皆さん、明るく楽しくたくましい私たちが待っているのです、是非三沢商業高校を目指し、いっしょにラグビーを楽しみ、自分の可能性にチャレンジしよう！

