

パワーリフティングは、スクワット・ベンチプレス・デッドリフトの三種目の持ち上げたトータルで競う競技です。2006年に創部。2021年現在、パワーリフティング部としては東北地区で希少な部活です。目標は「 継続 」。

本校のパワーリフティング部は、「スポーツは楽しむもの。プレッシャーを与えて伸びるとは限らない」という方針の下、自己新記録を更新し、その結果に順位がつけばよいという考えで活動しています。これまで入部した生徒のほとんどが全国大会や世界大会の標準記録を突破し、各大会へ出場しております。大会は、階級ごとに行われるので、体重が軽い方は心配はいりません。また、特に女子は全国的に競技人口が少ないので全国大会に出場できる可能性が高いです。

さらに、ノーギアの最高峰の大会であるジャパクラシックパワーリフティング選手権大会で、1位から3位内、かつ世界大会派遣標準記録を超えることが出来れば世界大会へも出場できます。これまで2011年9月には男子120kg級の選手がカナダで行われた世界大会に出場し、トータル第5位、2013年6月には女子72kg級の選手がロシアで行われた世界大会に出場し、トータル第2位でした。また、2014年6月には、サブジュニア男子66kg級の選手が南アフリカで行われた世界大会に出場し、トータル7位、ベンチプレスで銀メダルを獲得しました。2016年はアメリカ合衆国・テキサス州・キリーンで開催された世界大会にも59kg級の選手が出場しています。

パワーリフティング部では、中学校では別の種目で高校からパワーリフティングをやってみたい方、運動部に所属していなかった方で体を鍛えたい方も募集しています。

ビデオはこちらのボタン

指導教員

(財) 日本体育協会 公認パワーリフティング指導員

(社) 日本パワーリフティング協会 公認3級審判員

顧問 太田 宏暁

2021年9月現在の部員

1年生 1名

2年生 0名

3年生 0名

活動内容

○練習日：火曜日、木曜日：16：45～、土曜日：8：30～

テスト前1週間と試合前の1週間は休みとなります。

○練習時間：1時間～1時間30分（各自のメニューが終了したら帰宅）

○場所：トレーニングルーム