

男子 走高跳

長野県記録	2m18	吉田 剛(仙台大)	2002
県高校記録	2m17	小柳 和朗(中野実業高)	1990
県中学記録	1m97	中野 昌幸(波田)	1980

[illegible]

男子 棒高跳

長野県記録	5m41	内山 朋也(筑波大院)	2022
県高校記録	5m11	松澤 ジアン成治(高遠高)	2009
県中学記録	4m75	松澤 勝治(春富)	1980

[illegible]

男子 走幅跳

長野県記録 7m94 嶺村 鴻汰(筑波大)
 県高校記録 7m61 嶺村 鴻汰(大町高)
 県中学記録 7m04 内川 佳祐(白馬)

2014
 2010
 2010

試技順	Bib 氏名	所属/学年	1	2	3	-3最高	順位/記録
1	5998 北澤 磨佳 キタザワ マヨ	更北中 (2)	m +-	m +-	m +-	m +-	() m +-
2	5080 奥村 兼太 オクムラ ケンタ	南宮中 (2)	m +-	m +-	m +-	m +-	() m +-
3	5084 山田 修世 ヤマダ シュウセイ	南宮中 (2)	m +-	m +-	m +-	m +-	() m +-
4	4830 船木 介晴 フナキ カイセイ	小布施中 (2)	m +-	m +-	m +-	m +-	() m +-
5	8942 渡邊 心敬 ワタナベ コウキョウ	篠ノ井東中 (3)	m +-	m +-	m +-	m +-	() m +-
6	5509 清水 凜斗 シミズ リント	長野東部中 (2)	m +-	m +-	m +-	m +-	() m +-
7	5996 馬場 啓太郎 ババ ケイタロウ	更北中 (2)	m +-	m +-	m +-	m +-	() m +-
8	5837 平林 涼 ヒラバヤシ リョウ	篠ノ井東中 (2)	m +-	m +-	m +-	m +-	() m +-
9	5843 樽田 侑虎 タルタ ユウト	篠ノ井西中 (2)	m +-	m +-	m +-	m +-	() m +-
10	5261 南雲 獅悠 ナグモ シュウ	栄中 (2)	m +-	m +-	m +-	m +-	() m +-
11	4875 高橋 来隆 タカハシ コウ	常盤中 (2)	m +-	m +-	m +-	m +-	() m +-
12	5993 竹田 颯人 タケダ ハヤト	更北中 (3)	m +-	m +-	m +-	m +-	() m +-
13	5623 磯野 律輝 イソノ リツキ	東北中 (2)	m +-	m +-	m +-	m +-	() m +-
14	8780 奥井 大暉 オクイ ダイキ	市立長野 (2)	m +-	m +-	m +-	m +-	() m +-
15	5306 藤巻 光音 フジマキ ミオ	飯山城南中 (3)	m +-	m +-	m +-	m +-	() m +-
16	5392 塚田 碧 ツカダ アオイ	柳町中 (3)	m +-	m +-	m +-	m +-	() m +-
17	5622 板倉 快牙 イタクラ カイサ	東北中 (2)	m +-	m +-	m +-	m +-	() m +-
18	4745 滝澤 来樹 タキザワ ライジュ	坂城中 (2)	m +-	m +-	m +-	m +-	() m +-
19	5716 林 哉太 ハヤシ カタ	裾花中 (3)	m +-	m +-	m +-	m +-	() m +-
20	1247 中谷 和磨 ナカヤ カスマ	長野南高 (2)	m +-	m +-	m +-	m +-	() m +-
21	1246 川浦 想太 カワウラ ソウタ	長野南高 (2)	m +-	m +-	m +-	m +-	() m +-
22	1189 細井 颯矢 ホソイ ソウヤ	長野工業高 (1)	m +-	m +-	m +-	m +-	() m +-
23	962 市川 龍斗 イチカワ リュウト	須坂創成高 (3)	m +-	m +-	m +-	m +-	() m +-
24	1147 小林 鈴弥 コバヤシ レイヤ	長野商高 (2)	m +-	m +-	m +-	m +-	() m +-
25	5713 原田 獅 ハラダ レオマ	裾花中 (3)	m +-	m +-	m +-	m +-	() m +-
26	5078 原田 弘叶 ハラダ ヒロト	南宮中 (3)	m +-	m +-	m +-	m +-	() m +-
27	3526 藤巻 咲来 フジマキ サク	長野高専 (3)	m +-	m +-	m +-	m +-	() m +-
28	3514 沖田 翔 オキタ ショウ	長野高専 (2)	m +-	m +-	m +-	m +-	() m +-
29	1448 春日 信太郎 カスガ シンタロウ	屋代高 (3)	m +-	m +-	m +-	m +-	() m +-
30	3516 吉澤 潤 ヨシザワ ジュン	長野高専 (3)	m +-	m +-	m +-	m +-	() m +-
31	17 橋本 一樹 ハシモト カズキ	信州大 (M)	m +-	m +-	m +-	m +-	() m +-
32	953 浦野 愛矢 ウラノ マナヤ	須坂創成高 (1)	m +-	m +-	m +-	m +-	() m +-
33	1008 伊藤 琉牙 イトウ リュウガ	須坂高 (2)	m +-	m +-	m +-	m +-	() m +-
34	3127 柿澤 一護 カキザワ イチゴ	長野俊英高 (2)	m +-	m +-	m +-	m +-	() m +-

男子 砲丸投(7.260kg)

長野県記録 16m55 米倉 朋輝(協栄電気興行) 2021

試技順	Bib 氏名	所属/学年	1	2	3	-3最高	順位/記録
1	41 木藤 海琉 キトウ カイル	長野高専 (4)	m	m	m	m	() m
2	10 米倉 朋輝 ミネクラ トモキ	協栄電気興業	m	m	m	m	() m

高校男子 砲丸投(6.000kg)

県高校記録 15m21 高橋 勇翔(松本国際高) 2022

試技順	Bib 氏名	所属/学年	1	2	3	-3最高	順位/記録
1	1186 市村 柊人 イチムラ シュウト	長野工業高 (1)	m	m	m	m	() m
2	958 鈴木 裕也 スズキ ユウヤ	須坂創成高 (1)	m	m	m	m	() m
3	925 小林 寛信 コバヤシヒロノブ	立志館高 (2)	m	m	m	m	() m
4	930 関 一翔 セキ カスト	中野西高 (2)	m	m	m	m	() m
5	1245 庄村 春輝 ショウムラ ハルキ	長野南高 (2)	m	m	m	m	() m

中学男子 砲丸投(5.000kg)

県中学記録 14m25 高橋 勇翔(開成) 2019

試技順	Bib 氏名	所属/学年	1	2	3	-3最高	順位/記録
1	5883 寺澤 魁星 テラサワ カイセイ	若穂RCJr (1)	m	m	m	m	() m
2	5994 傳田 蒼太 デンダ ソウタ	更北中 (3)	m	m	m	m	() m
3	5303 前澤 輝丞 マエザワ ヒロスケ	飯山城南中 (3)	m	m	m	m	() m
4	5116 陳 祥 チン ショウ	中野平中 (3)	m	m	m	m	() m
5	5242 柴本 蓮 シバモト レン	信濃小中 (3)	m	m	m	m	() m
6	5938 丸山 祐汰 マルヤマ ユウタ	川中島中 (3)	m	m	m	m	() m
7	6064 田宮 弘太 タミヤ コウタ	広徳中 (2)	m	m	m	m	() m
8	5341 平野 駿 ヒラノ シュン	飯山城北中 (2)	m	m	m	m	() m
9	5785 小井土 夏道 コイト ナツミチ	犀陵中 (3)	m	m	m	m	() m
10	5728 伊藤 漣 イトウ レン	裾花中 (2)	m	m	m	m	() m
11	6074 小柳 勇斗 コヤナキ ユウト	七二会中 (3)	m	m	m	m	() m

高校男子 円盤投(1.750kg)

県高校記録 45m21 笹野 弘充(丸子実業高) 2005

試技順	Bib 氏名	所属/学年	1	2	3	-3最高	順位/記録
1	1260 雨宮 清斗 アミヤ サト	長野日大高 (2)	m	m	m	m	() m
2	970 原 胡太 ハラ コタ	須坂創成高 (3)	m	m	m	m	() m

男子 やり投(0.800kg)

長野県記録 72m50 塩川 拓(国武大) 2017
県高校記録 63m41 小平 将斗(松本国際) 2021

試技順	Bib 氏名	所属/学年	1	2	3	-3最高	順位/記録
1	929 木寄 健仁 キザキ ケンジ	中野西高 (2)	m	m	m	m	() m
2	932 神田 勇大 カンダ ユウダイ	中野西高 (2)	m	m	m	m	() m
3	1177 真鍋 優介 マナベ ユウスケ	長野工業高 (2)	m	m	m	m	() m
4	1267 我謝 渚 ガシヤ ナキサ	長野日大高 (2)	m	m	m	m	() m
5	1187 宮入 孝司 ミヤイリ ユキタカ	長野工業高 (1)	m	m	m	m	() m
6	1179 池田 湊人 イケダ ケイト	長野工業高 (2)	m	m	m	m	() m
7	1069 宮崎 樹 ミヤザキ イツキ	長野吉田高 (2)	m	m	m	m	() m
8	3532 伊藤 燦 イトウ サン	長野高専 (2)	m	m	m	m	() m

中学男子 ショートリックスロー

県中学記録 72m60 小林 竜也(高社) 2013

試技順	Bib 氏名	所属/学年	1	2	3	-3最高	順位/記録
1	5499 三浦 唯都 ミウラ ユイト	長野東部中 (3)					
2	5916 相澤 凌芽 アイザワ リョウカ	若穂RCJr (2)					
3	5260 大庭 悠斗 オオバ ユウト	栄中 (3)					
4	8782 滝澤 明星 タキザワ アキラ	市立長野 (2)					
5	5919 長谷川 漣 ハセガワ レン	若穂RCJr (3)					
6	8726 君島 奏志 キジマ ソウシ	広徳中 (3)					

小学男子 走幅跳

県小学生記録 5m47 内川 佳祐(白馬) 2007

試技順	Bib 氏名	所属/学年	1	2	3	-3最高	順位/記録
1	142 高森 琉太 タカモリ リュウタ	木島平小 (6)	m +-	m +-	m +-	m +-	() m +-
2	141 高藤 樹 タカフ イツキ	木島平小 (6)	m +-	m +-	m +-	m +-	() m +-
3	143 湯本 慶良 ユマト ケイラ	木島平小 (5)	m +-	m +-	m +-	m +-	() m +-
4	133 荒井 優希人 アライ ユキト	長野市陸上教室 (3)	m +-	m +-	m +-	m +-	() m +-

女子 走高跳

長野県記録	1m81	屋ヶ田 直美(中央大学)	1984
県高校記録	1m77	上原 久美恵(岡谷東高)	1977
県中学記録	1m75	上原 久美恵(上諏訪)	1975

[illegible]

女子 棒高跳

長野県記録	4m01	前田 朋子(ヤマトヤTC)	2005
県高校記録	3m90	岡田 莉歩(佐久長聖)	2022
県中学記録	3m45	岡田 莉歩(軽井沢A&AC)	2020

[illegible]

女子 走幅跳

1組/2組

長野県記録 6m41 湊 純江(長野スズキ) 1976
県高校記録 6m06 宮坂 楓(東海大三高) 2010
県中学記録 5m74 森本 知隼(塩尻) 2014

[1 組]

試技順	Bib 氏名	所属/学年	1	2	3	-3最高	4-試技順	4	5	6	順位/記録
1	4956 竹内 禾帆 タケウチ カホ	墨坂中 (2)	m +-	m +-	m +-	m +-		m +-	m +-	m +-	() m +-
2	4916 原田 帆乃果 ハラダ ホノカ	相森中 (3)	m +-	m +-	m +-	m +-		m +-	m +-	m +-	() m +-
3	5978 山田 莉世 ヤマダ リヨ	川中島中 (2)	m +-	m +-	m +-	m +-		m +-	m +-	m +-	() m +-
4	5638 飯島 そら イジマ ソラ	東北中 (3)	m +-	m +-	m +-	m +-		m +-	m +-	m +-	() m +-
5	6073 福岡 栞 フクオカ モミジ	七二会中 (3)	m +-	m +-	m +-	m +-		m +-	m +-	m +-	() m +-
6	667 関 柊来 セキ ヒイラ	中野西高 (1)	m +-	m +-	m +-	m +-		m +-	m +-	m +-	() m +-
7	5467 高瀬 陽 タカセ ハル	櫻ヶ岡中 (3)	m +-	m +-	m +-	m +-		m +-	m +-	m +-	() m +-
8	5635 増沢 夏穂 マスザワ カホ	東北中 (2)	m +-	m +-	m +-	m +-		m +-	m +-	m +-	() m +-
9	4963 堀内 陽芳里 ホリウチ ヒヨリ	須坂東中 (3)	m +-	m +-	m +-	m +-		m +-	m +-	m +-	() m +-
10	5833 小山 瑞希 コヤマ ミズキ	篠ノ井東中 (2)	m +-	m +-	m +-	m +-		m +-	m +-	m +-	() m +-
11	4936 篠原 珠々 シノハラ ジュジュ	墨坂中 (3)	m +-	m +-	m +-	m +-		m +-	m +-	m +-	() m +-
12	8945 酒井 星莉菜 サカイ セリナ	篠ノ井東中 (3)	m +-	m +-	m +-	m +-		m +-	m +-	m +-	() m +-
13	6074 前島 あゆみ マエジマ アユミ	七二会中 (3)	m +-	m +-	m +-	m +-		m +-	m +-	m +-	() m +-
14	4961 篠塚 真衣 シノヅカ マイ	須坂東中 (3)	m +-	m +-	m +-	m +-		m +-	m +-	m +-	() m +-
15	797 早川 凜 ハヤカワ リン	長野西高 (2)	m +-	m +-	m +-	m +-		m +-	m +-	m +-	() m +-
16	4962 中井 純菜 ナカイ ジュンナ	須坂東中 (3)	m +-	m +-	m +-	m +-		m +-	m +-	m +-	() m +-
17	5133 羽田 ひより ハタ ヒヨリ	中野平中 (2)	m +-	m +-	m +-	m +-		m +-	m +-	m +-	() m +-
18	5976 松澤 希歩 マツザワ キホ	川中島中 (2)	m +-	m +-	m +-	m +-		m +-	m +-	m +-	() m +-
19	5791 上野 瑠菜 ウエノ ルナ	犀陵中 (2)	m +-	m +-	m +-	m +-		m +-	m +-	m +-	() m +-
20	8944 内川 優菜 ウチカワ ユナ	篠ノ井東中 (3)	m +-	m +-	m +-	m +-		m +-	m +-	m +-	() m +-
21	5369 渡邊 姫夏 ワタナベ ヒメカ	飯山城北中 (3)	m +-	m +-	m +-	m +-		m +-	m +-	m +-	() m +-
22	5260 岡 優希菜 オカ ユキナ	栄中 (3)	m +-	m +-	m +-	m +-		m +-	m +-	m +-	() m +-
23	5787 荒井 里舞 アライリマ	犀陵中 (2)	m +-	m +-	m +-	m +-		m +-	m +-	m +-	() m +-
24	5634 羽田 莉々明 ハネダ リリア	東北中 (3)	m +-	m +-	m +-	m +-		m +-	m +-	m +-	() m +-
25	950 種村 良美 タネムラ ヨシミ	長野日大高 (2)	m +-	m +-	m +-	m +-		m +-	m +-	m +-	() m +-
26	5382 村田 珠理 ムラタ シュリ	柳町中 (2)	m +-	m +-	m +-	m +-		m +-	m +-	m +-	() m +-

女子 走幅跳

長野県記録 6m41 湊 純江(長野スズキ) 1976
 県高校記録 6m06 宮坂 楓(東海大三高) 2010
 県中学記録 5m74 森本 知隼(塩尻) 2014

【2組】

試技順	Bib 氏名	所属/学年	1	2	3	-3最高	4-試技順	4	5	6	順位/記録
1	5262 高橋 未優乃 タカハシ ミユノ	栄中 (3)	m +-	m +-	m +-	m +-		m +-	m +-	m +-	() m +-
2	5147 土屋 菜央 ツチヤ マオ	高社中 (3)	m +-	m +-	m +-	m +-		m +-	m +-	m +-	() m +-
3	5081 松橋 花 マツハシ ハナ	南宮中 (2)	m +-	m +-	m +-	m +-		m +-	m +-	m +-	() m +-
4	6037 吉田 空夏 ヨシダ ソナ	更北中 (3)	m +-	m +-	m +-	m +-		m +-	m +-	m +-	() m +-
5	5466 松本 結愛 マツモト ユア	櫻ヶ岡中 (3)	m +-	m +-	m +-	m +-		m +-	m +-	m +-	() m +-
6	728 山崎 珠李 ヤマザキ シュリ	須坂高 (2)	m +-	m +-	m +-	m +-		m +-	m +-	m +-	() m +-
7	6063 堀内 優希 ホリウチ ユウキ	広徳中 (2)	m +-	m +-	m +-	m +-		m +-	m +-	m +-	() m +-
8	913 柴 心優 シハミ ユウ	市立長野高 (1)	m +-	m +-	m +-	m +-		m +-	m +-	m +-	() m +-
9	5502 水品 友萌 ミズシナ ユメ	長野東部中 (2)	m +-	m +-	m +-	m +-		m +-	m +-	m +-	() m +-
10	661 高木 愛恵 タカギ マナエ	中野西高 (2)	m +-	m +-	m +-	m +-		m +-	m +-	m +-	() m +-
11	758 八田 愛梨 ハッタ アイリ	長野吉田高 (2)	m +-	m +-	m +-	m +-		m +-	m +-	m +-	() m +-
12	5721 青沼 琉夏 アオヌマルカ	裾花中 (3)	m +-	m +-	m +-	m +-		m +-	m +-	m +-	() m +-
13	996 山田 紗也 ヤマダ サヤ	文化学園長野高 (2)	m +-	m +-	m +-	m +-		m +-	m +-	m +-	() m +-
14	4748 宮下 季紗 ミヤシタ キサ	坂城中 (1)	m +-	m +-	m +-	m +-		m +-	m +-	m +-	() m +-
15	5770 中原 歌乃 ナカハラ カノ	犀陵中 (3)	m +-	m +-	m +-	m +-		m +-	m +-	m +-	() m +-
16	957 角田 愛 カクダ マナミ	長野日大高 (2)	m +-	m +-	m +-	m +-		m +-	m +-	m +-	() m +-
17	926 丸山 星花里 マルヤマ ヒカル	市立長野高 (2)	m +-	m +-	m +-	m +-		m +-	m +-	m +-	() m +-
18	5488 倉島 心葉 クラシマ コハ	長野東部中 (3)	m +-	m +-	m +-	m +-		m +-	m +-	m +-	() m +-
19	754 本道 維乃 ホンドウ ユイノ	長野吉田高 (3)	m +-	m +-	m +-	m +-		m +-	m +-	m +-	() m +-
20	914 山岸 未侑 ヤマキシ ミユウ	市立長野高 (1)	m +-	m +-	m +-	m +-		m +-	m +-	m +-	() m +-
21	922 青木 咲羽 アオキ サワ	市立長野高 (3)	m +-	m +-	m +-	m +-		m +-	m +-	m +-	() m +-
22	958 清水 藤子 シミズ トウコ	長野日大高 (2)	m +-	m +-	m +-	m +-		m +-	m +-	m +-	() m +-
23	752 櫻井 菜央 サクライ ナオ	長野吉田高 (3)	m +-	m +-	m +-	m +-		m +-	m +-	m +-	() m +-
24	927 能瀬 澄麗 ノセ スミレ	市立長野高 (2)	m +-	m +-	m +-	m +-		m +-	m +-	m +-	() m +-
25	956 金子 亜瑠 カネコ アル	長野日大高 (2)	m +-	m +-	m +-	m +-		m +-	m +-	m +-	() m +-

女子 砲丸投(4.000kg)

長野県記録 13m70 鷹野 絹子(東女体大) 1977
県高校記録 13m65 大矢 結麻(丸子実業高) 2006

試技順	Bib 氏名	所属/学年	1	2	3	-3最高	順位/記録
1	837 山本 実夢 ヤマモト ミユ	長野商高 (3)	m	m	m	m	() m
2	889 松林 彩 マツバヤシ アヤ	長野東高 (3)	m	m	m	m	() m

中学女子 砲丸投(2.721kg)

県中学記録 13m70 倉田 紗優加(南箕輪) 2019

試技順	Bib 氏名	所属/学年	1	2	3	-3最高	順位/記録
1	5125 春原 彩 スノハラ サエ	中野平中 (3)	m	m	m	m	() m
2	6020 三井 あかり ミツイ アカリ	更北中 (3)	m	m	m	m	() m
3	5759 黒岩 凜音 クロイワ リンネ	裾花中 (2)	m	m	m	m	() m
4	8940 西澤 莉世 ニシザワ リヨ	篠ノ井東中 (2)	m	m	m	m	() m
5	6066 宮澤 葉月 ミヤザワ ハツキ	広徳中 (2)	m	m	m	m	() m
6	4951 竹田 瑛蘭 タケダ アキラ	墨坂中 (3)	m	m	m	m	() m
7	6046 田近 紫野 タチカシノ	広徳中 (3)	m	m	m	m	() m
8	5756 宮尾 綾音 ミヤオ アヤネ	裾花中 (2)	m	m	m	m	() m
9	5758 矢嶋 涼帆 ヤシマ スズホ	裾花中 (2)	m	m	m	m	() m
10	5939 青木 なつみ アオキ ナツミ	川中島中 (3)	m	m	m	m	() m
11	5148 横山 琴美 ヨコヤマ コミ	高社中 (3)	m	m	m	m	() m
12	5941 岩倉 璃奈 イワクラ リナ	川中島中 (3)	m	m	m	m	() m
13	5071 西原 由稀佳 ニシハラ ユキカ	南宮中 (3)	m	m	m	m	() m
14	8725 吉村 彩音 ヨシムラ アヤネ	広徳中 (2)	m	m	m	m	() m
15	6072 青木 優依 アオキ ユイ	七二会中 (3)	m	m	m	m	() m

女子 円盤投(1.000kg)

長野県記録 46m50 坂井 美藍(順天堂大) 2008
県高校記録 44m69 中島 未歩(丸子修学館高) 2010
県中学記録 32m15 佐藤 芹香(浅科) 2012

試技順	Bib 氏名	所属/学年	1	2	3	-3最高	順位/記録
1	5261 小林 優季乃 コハヤシユキノ	栄中 (3)	m	m	m	m	() m
2	961 小島 あずさ コジマアスサ	長野日大高 (2)	m	m	m	m	() m
3	757 横山 夏南 ヨコヤマナナ	長野吉田高 (2)	m	m	m	m	() m

女子 やり投(0.600kg)

長野県記録 57m17 山本 美晴(長野市陸協) 2001
県高校記録 55m33 倉田 沙優加 2022

試技順	Bib 氏名	所属/学年	1	2	3	-3最高	順位/記録
1	663 小林 梨花 コハヤシリカ	中野西高 (2)	m	m	m	m	() m
2	845 小林 ゆずな コハヤシユスナ	長野商高 (2)	m	m	m	m	() m
3	945 本藤 万穂子 ホンドウマホコ	長野日大高 (2)	m	m	m	m	() m
4	844 三堀 妃 ミホリメイ	長野商高 (2)	m	m	m	m	() m
5	650 山田 捺葵 ヤマダナツキ	立志館高 (3)	m	m	m	m	() m

中学女子 ジャベリックスロー

県中学記録 58m63 倉田 紗優加(南箕輪) 2019

試技順	Bib 氏名	所属/学年	1	2	3	順位/記録
1	5452 阿部 ほなみ アベホナミ	櫻ヶ岡中 (2)				
2	5344 平野 帆乃佳 ヒラノホノカ	飯山城北中 (2)				
3	8784 土屋 彩希 ツチヤサキ	市立長野 (3)				
4	4914 上林 友唯 カンバヤシユイ	相森中 (3)				

小学女子 走幅跳

県小学生記録 4m75 北岡 依生希(伊那AC) 2014

試技順	Bib 氏名	所属/学年	1	2	3	-3最高	順位/記録
1	47 宮坂 美桜 ミヤサカミオ	埴生小	m +-	m +-	m +-	m +-	() m +-
2	30 塩野入 愛花 シノノリマナカ	坂城JAC (6)	m +-	m +-	m +-	m +-	() m +-
3	31 宮下 慈生 ミヤシタジウ	坂城JAC (6)	m +-	m +-	m +-	m +-	() m +-
4	72 柴 陽莉 シハヒマリ	長野市陸上教室 (6)	m +-	m +-	m +-	m +-	() m +-
5	32 北原 琴羽 キタハラコトハ	坂城JAC (6)	m +-	m +-	m +-	m +-	() m +-
6	71 山本 英美莉亜 ヤマモトエミリア	長野市陸上教室 (6)	m +-	m +-	m +-	m +-	() m +-