

第455回月例スナツツ 写真・インタビュー 中山 浩明



6157 中野領謙(1年生) 1993 小沢 萌(4年生) 5886 小沢孟士(5年生) 1982 中野沙耶(5年生)の皆さん。今日は、1月でしたが暖かく走りやすかったです。この近くの下丸子や矢口に住んでいます。みんな、ふだんはサッカー・体操・スイミングもやっています。ランニングはその体力つくりにとっても役にたっていると思います。

東橋中の陸上部に所属しています。学校では1500mと3000mを中心に練習しています。3人の3000mタイムは9分後半から10分前半です。全員9分30秒を切りたいと思っています。毎日の学校での練習は2時間から3時間です。土曜日と日曜日は10km走っています。家庭を50周走ります。今の目標は市大会で入賞を果たすことです。西中原中や宮前平中の陸上部には絶対負けないぞ！

毎日往復16km走っています。月間走行距離は400kmくらいです。川崎月例は今日で6回目です。10kmの自己ベストは32分50ですが今日は風が強かったので、33分40秒くらいだったでしょうか。フルマラソンはまだ1回しか走ったことがなく、板橋シティ1で2時間40分でした。2回目は来週の別大で2時間34分を目指します。

「10kmを50分を切る会」 6409 松永敏郎(大磯から) 6412 氷見 誠(横浜保土ヶ谷区から) 6804 高橋直人(横浜港南区から)の各氏。先日横浜マラソンの10kmを走りました。50分を切れなかったのですが、なんと次回は切りたいと思って練習しています。次回は3人と湯河原オレンジマラソンに参加しますので、自己ベストを出せるようがんばって走ります。

第455回月例参加者動向

2014.1.26 晴 WSW C 0m/s 13.7 75% WBGT

Table with columns: 種目, 男子, 女子, 合計. Rows include 10k, 5k, 3k (A, B), 子ども1k, 延べ出場者, 初参加者, 棄権, 延べ参加者.

年間累計出場者 (~1月 1263) 実数 957 (昨年同月は 1034)



「10kmを50分を切る会」の各氏。先日横浜マラソンの10kmを走りました。50分を切れなかったのですが、なんと次回は切りたいと思って練習しています。次回は3人と湯河原オレンジマラソンに参加しますので、自己ベストを出せるようがんばって走ります。

編集後記 日本選手団はジャンプの葛西(最年長)・女子高梨(17歳)・ハーフパイプ平野歩(15歳)・平岡(18歳)・(銀)銅選手は多彩です。連続出場の手も多し。4年間の努力が報われたのは並大抵ではないでしょう。勝者の世界の厳しさもありましたが、「参加すること」に意義があり、古い五輪精神となつていったのでしょうか? 周囲の期待、国民の期待がありますが全員が表彰台に立つことは出来ないのですから。スポーツは全力でかつ相手が在って成つもの、五輪は平和と友情の祭典です。関東は8日、9日は44年ぶりの大雪に見舞われました。開会式でも、日露首脳の親密ぶりは良しとして、北東アジアの隣国とはなかなかうまくいきません。日本版NSC、秘密保護法、集団的自衛権の容認と明文9条改憲へ思いを巡らしているのでしょうか? 内閣法制局長官、NHK会長人事や子どもへの道徳教科化などお涙を埋めていこうとしているのでしょうか? 1月29日反戦フョークシンガルの大御所ヒトシガーさん(米94歳)が亡くなった。花はどこへ行つた少女が摘んだ。少女は男の下お嫁にこの曲は有名ではあるが、また流行ることのないように願いたいものだ。

「10kmを50分を切る会」 6409 松永敏郎(大磯から) 6412 氷見 誠(横浜保土ヶ谷区から) 6804 高橋直人(横浜港南区から)の各氏。先日横浜マラソンの10kmを走りました。50分を切れなかったのですが、なんと次回は切りたいと思って練習しています。次回は3人と湯河原オレンジマラソンに参加しますので、自己ベストを出せるようがんばって走ります。

「10kmを50分を切る会」 6409 松永敏郎(大磯から) 6412 氷見 誠(横浜保土ヶ谷区から) 6804 高橋直人(横浜港南区から)の各氏。先日横浜マラソンの10kmを走りました。50分を切れなかったのですが、なんと次回は切りたいと思って練習しています。次回は3人と湯河原オレンジマラソンに参加しますので、自己ベストを出せるようがんばって走ります。