



毎月最終日曜日
(12月は第4日曜)

主催: 新日本スポーツ連盟 川崎市連盟

主管: 月例川崎マラソン実行委員会

<http://kawasaki.gee.jp/>

〒211-0002 川崎市中原区上丸子

山王町2-1332 BF-1

新日本スポーツ連盟川崎市連盟

連絡先: kawasaki@kawasaki.gee.jp

月例終了当日の問合せは市連盟事務所 044-433-1120



【スタート時間】

子ども1k	8:30
1k	8:45
3k	9:00
5k	9:35
10k	10:20

*レースの進み具合でスタート時間の変更があります。
*受付、次月棄権受付は**10:00**までです。
*次回の月例マラソンは**4月28日**です。

2024年度月例川崎マラソン日程・川崎市後援が決定しました
~参加者のみなさん、役員のみなさん、年間計画としてご参加を~

2024年度4月(第578回)より2025年3月(第589回)各月の月例川崎マラソン開催日程が決定しました。大会会場の多摩川ハーフマラソンコース・古市場陸上競技場が開催日程どおり確保でき決定しました。引き続き川崎市後援事業として開催します。川崎市民、広範なランニング愛好者の要求に応える月例川崎マラソンとして一層の発展をめざして努力したいと思います。参加者の皆さん、役員の方皆さん年間計画に位置付けての参加をよろしくお願いいたします。

以下年間開催日程です。毎月最終日曜日を基本とし、12月は第4週日曜とします。

4月28日・5月26日・6月30日・7月28日・8月25日・9月29日・10月27日

11月24日・12月22日・2025年1月26日・2月23日・3月30日

川崎市連盟理事長 石川正士

2月 月例表彰

<p>★100回連続出場 1409 山本 茂樹</p> <p>★100回連続出場 2616 石塚 優子 6935 杉浦 徹 7397 神田 儀道 7442 柴田 保 7443 小杉 勇樹</p> <p>★75回連続出場 2743 森 順子</p> <p>★50回連続出場 3816 柴田美津子 9309 阿部 康博 10077 関 瑛都 10166 小野 夢人 10171 光岡 真治</p>	<p>★30回連続出場 4183 片桐 妃菜</p> <p>10900 片桐 悠</p> <p>★15回連続出場 946 縄田 拓也 4379 則竹 彩葉 4380 則竹 帆香 11385 山下 浩</p> <p>★5回連続出場 4446 大谷 美羽 4469 地高ゆかり 5638 津久井誠二 11562 岩本 英明 11600 堺屋 斉正</p>
--	---



第576回の参加者 2024.2.25				気象データ	
実数	498	子ども1km	102	延べ完走者数	678
内 初参加	21	1km	206	総合19km完走者	34
内 高校生以下	157	3km	185	2023実参加者累計	1,139
内 棄権	111	5km	120	前年同期	1,507
		10km	65		
				天気:雨	
				湿度:84%	
				気温:4.1℃	
				風向:北北西	
				風速:4.9m	

2月のインタビュー

1. 4253 4255 11109

月例川崎マラソンは20回目くらいの参加になると思います。Mアカデミーというランニングクラブに入っています。小学校6年生と3年生です。4月からは中学生になります。練習は800m走を中心としたメニューをこなしています。2分40秒を切ることが目標です。今日の月例の1kmはよいタイムが出ました。3分27秒でした。中学生になったら、都大会の800mに出場できたらいいなと思っています。

2. 4183 4284 10884 10900他

一番小さいランナーは、年中さんです。大きいランナーは小学校3年生です。みんな仲良しです。
今日の一言
「寒かった。」「ぶっちぎりで走った。」「今日は自分の力の10分の8くらいだった。」「タイムは少しずつ縮まっています。」「1km4分切りが目標です。」



3. 11002

T高校の陸上部2年生です。中学校の陸上部の先生が、この月例川崎マラソンに関係がある方で、先生から勧められて参加するようになりました。今日で10回目くらいになると思います。学校での練習は、ペース走やインターバルが中心で、間にジョグを入れます。ゆっくりはしることもあります。月例川崎マラソンは、学校でする以外のこともできるし、たくさんの方と競って走ることができるので、いい練習になっています。

4.ベテランランナー 1831

先々週、千葉のクロカンレースにでました。距離は20kmです。しばらく故障で、20kmのレースに出場していなかったのですが、今回は順位は関係なく、完走が目的でした。昨年度、出場したトライアスロン大会は「館山」「宮城仙台」「日産カップ」「村上」などで、80歳～85歳のカテゴリーで、エイジ優勝し、宮崎の日本選手権大会に出場することができました。その結果、JTU(日本トライアスロン連合)の「年間エイジランキング」が2位になりました。JTUのランキングとは、ゴルフ・テニスと同様にポイント制になっていて、ポイント上位者と各大会の優勝者が宮崎の日本選手権の出場資格が得られます。写真は宮崎の日本選手権で完走した時の写真です。

