



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-run.com

月例終了当日の間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**6月30日**です。

2023年度月例川崎マラソンのまとめ
~川崎市後援事業として実施報告より~

2023年度(2023年4月より2024年3月)月例川崎マラソンは川崎市後援事業として実施しました。年度終了に伴い川崎市長あて実施報告を行いましたので2023年度のまとめとして報告致します。

〈事業の概要〉子どもから大人まで参加でき1K・3K・5K・10kの種目が用意され、完走と継続を目標とする健康マラソンで毎月最終日曜日に開催する。今年度はコロナ感染防止対策の大会運営を生かしつつ、5K・10K種目は一斉スタートに戻し、毎月1回年間12回継続実施できました。参加者数は天候に恵まれれば700人前後(河原版参照),年間累計7,553人でした。

〈成果等〉6,7,8月の猛暑では、WBGTの基準で5K・10K種目を3Kに変更し熱中症予防に努めました。コロナ感染防止対策運営の一人ずつの時間差スタートとバーコード自動計測を生かした効果的な実施と5K・10K種目は一斉スタートの併用でランナーの要求にえています。報告資料として、大会要項・毎月の河原版を提出しています。なお2024年度も年間後援事業となっています。

川崎市連盟理事長 石川正士

4月 月例表彰

★100回連続出場
1672 高瀬 紗良

★75回連続出場
8472 佐藤 直徳
9293 北澤 昭彦

★50回連続出場
9988 佐藤 千颯

★30回連続出場
57 前田 良治
4361 清水 隆文
10923 吉岡 寛
11006 阿部 透空
11007 阿部 光希

★15回連続出場

379 永田 照志
2614 藤井 明広
3265 渡邊 美琴
4400 山本 佳奈
4401 岩崎 奏空
7727 日野 真都
11475 北岡 佳人

★5回連続出場

3377 清木 路子
3960 鈴木 咲穂
4490 信田 恵麻
11127 稲田 旭斗
11559 斎藤 智伸
11649 岩永美智彦
11652 バンス泰来
11662 吉野 浩生

第578回の参加者 2024.4.28

実数	719	子ども1km	136	延べ完走者数	1,315	天気:晴れ☀
内初参加	51	1km	322	総合19km完走者	101	湿度:66%
内 高校生以下	189	3km	363	2024実参加者累計	2,554	気温:22.8℃
内 棄権	82	5km	298	前年同期	2,421	風向:東
		10km	196			風速:2.1m

4月のインタビュー

1. 親子ランナー 7516 7517 8742

幸区から来ました。8742君は、小学校6年生で月例川崎マラソンは15回目です。今日の1kmは4分8秒で走りました。目標は4分切りです。7517君は、月例川崎マラソンには5才から出場しています。今日で通算50回目になります。学校では陸上部に所属しています。今日は1km3分58秒でした。先日、神奈川選手権大会の800mに出場しました。中1の時には1500mで関東大会に出たこともあります。ずっと先になります。箱根駅伝で走ることができたらと思っています。

2. ランニングクラブ”駆”(かける)

今日は約10名で参加しました。おもな練習場所は月例川崎マラソンと同じ多摩川河川敷コースと古市場トラックです。メンバーがこの度「わかステ」というランニングステーションをオープンしました。ワンコインでロッカー、シャワーを使えます。リラクゼーションスペースもあり、軽食・飲み物(有料)も用意されています。月例マラソンに参加した後、ゆっくりされてみてはいかがでしょうか。場所は古市場トラックのトイレ近くの土手にある緑の鉄塔を左に降りて横断歩道を渡って直進し100m位です。わたしたちもこれから行きます。

3. 仲間1

4083 4084 4085 3867

全員小学4年生です。月例川崎マラソンの参加が一番多いランナーで40回~50回目くらいになります。大田区に住んでいます。今はみんな小学校はばらばらになりましたが、同じ保育園に通っていました。月に1回ここでみんなに会えるのが楽しみです。今日の一言「あつかった!」「たのしかった。」「つかれていたけどがんばった。」「あつかったけどがんばった。」

4. 仲間2

11745 6848

11745さんは月例川崎マラソンは2回目です。6848さんに誘われました。中学・高校は学校の陸上部でしっかり走っていました。都大会にもぎりぎり出場したこともあります。ここ数年会社の仕事のリモートになり運動不足を感じましたので、ランを再開することにしました。月例川崎マラソンは気楽に参加できるのがいいですね。将来はフルマラソンを走りたいので、この大会は練習の一環になるのではと思っています。サブスリーが目標です。6848さんは13回目になります。4年間走っていなくて去年からまた走り始めました。前は福岡国際にも出たことがあります。2時間30分台で走りました。これから元の状態に戻れるよう練習していきます。2時間半がきれいといいですね。

