

河原版

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
 郵便振替での棄権届は「新日本スポーツ連盟RC」
 番号「00260-8-99558」

【今月の予定】

*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11月26日です。



[ランナーのみなさんの感想 from X(twitter)]
 月例川崎マラソン。
 22°C☀️。VaporFlyNext%2。久々に全種目開催(1, 3, 5, 10km)。
 全部出る予定だったけど、足の付け根に変な違和感あったので無理せず 10kmは回避。
 5kmは折り返しの設置ミスで700mくらい長かった。。

大変申し訳ございません。
 再発防止、意思疎通の徹底致します。

4420 友定美陽	★5回連続出場	11262 木下英樹	★15回連続出場	9968 高正雅司	★30回連続出場	8745 北原龍晟	★75回連続出場	548 石塚良一	★100回連続出場	95 村山訓	★150回連続出場	9月 月例表彰
4419 友定美咲	3997 池田静香	11254 栗林柊央	4315 栗林じよん	4149 徳世凜	4086 安達芽生	75 回連続出場	548 石塚良一	100 回連続出場	150 回連続出場			



11519 浜田敏郎	11518 大場義洋	11502 渡辺恭伸	11495 慶野旬	11482 友定俊彦	11470 西口裕晟	11429 飯塚博	11388 長井英樹	10497 伊代住知巳	4437 八木和子	4431 波野平愛莉	4422 岩谷玲香
------------	------------	------------	-----------	------------	------------	-----------	------------	-------------	-----------	------------	-----------

1. なかま 4302 4086 4182

4302さんは今月で月例川崎マラソン16回目で、先月15回連続出場を達成しています。4082さんは、30回目くらいです。現在、小学校3年生で、学校は別ですが同じ保育園に通っていました。月に1回、月例川崎マラソンで一緒に走ることが楽しみになっています。今日の一言「記録がでたのでうれしい。」「最初はスピードを出して走れたけれど、途中から苦しくなりました。」「5年生になったら、学校の駅伝大会に出るのが目標です。」4086さんのお父さんは、月例川崎マラソン歴10年です。いろいろな大会に参加していて、フルマラソンは40回走っています。ベストは3時間27分です。お父さんの一言「今日は涼しかったので走りやすかったですね。」

2. 親子ランナー① 10426 10534

月例川崎マラソンは、20回目くらいです。この近くの新市場に住んでいます。小学校3年生です。月例川崎マラソンで走ろうと思ったのは、身体を動かそうと思ったからです。それまではあまり運動をしていなかったのですが、月例川崎マラソンをきっかけに頑張ろうと思いました。いつも1kmは、4分30~40秒で走っています。できれば4分を切って走ってみたいです。サッカーもしています。「下河原」というチームでポジションは、ミッドフィールダーです。15分ハーフで何回かしますが、月例川崎マラソンは、持久力をつけるのに役にたっています。これからもがんばります！

3. 親子ランナー② 11484 4422

11484さんは、7回 4422さんは、月例川崎マラソンは5回目の出場になります。住まいは大師です。ふだんは多摩川の河川敷コースを週に2回程度走っています。ちょっとずつ速くなってきています。お父さんと、1km5分切ったら、新しいスマホを買ってもらう約束をしています。今は、この約束を実現するためにがんばっています。運動不足解消を目的に始めたランニングですが、少しずつ楽しみになってきています。ランニングの他に、中国式の将棋と獅子舞もやっています。少し難しいですが、伝統ある芸なので、これからも続けたいと思っています。



4. 目標は世界1 11586

月例川崎マラソンは学校の友だちに誘われて初めて参加しました。小学校5年生で横浜の日吉から自転車できました。ここまで6kmくらいです。学校ではリレーの選手になっています。また、サッカーチーム「駒林」でゴールキーパーをしています。サッカー日本代表で好きな選手は、同じキーパーの権太(ごんた)選手です。キーパー以外ではアルゼンチン代表のメッシが一番好きです。今日は、1kmと3kmを走りました。少しきつかったですが、楽しかったです。次は5kmに挑戦します。順位は100位以内に入ることが目標です。来月もきます。よろしくお願いたします。

5. インターナショナルランナー 10696 11579

11579さんは、今年の4月にマネジメントの仕事でフランスから日本に来ました。フランスではサッカーの選手をしています。並行してランニングを始めたのは2021年からです。月例川崎マラソンは、今回が初めての参加です。(3kmはトップでフィニッシュしています)今日の一言「このイベントのアウトホームな雰囲気が入りました。楽しめました。ありがとうございます。」10696さんは、月例川崎マラソンは3回目の出場になります。世界のウルトラトレイルマラソンに参加しています。今年は、UTMB(ウルトラトレイルモンブラン)171kmを走りました。記録は32時間27分で、2600人中274位でした。2019年は、UTMF(ウルトラトレイルマウントフジ)160kmにも参加しています。ウルトラトレイルは人気があるので誰でも参加出来るとは限りません。レースに参加するとポイントがもらえるので、それをクリアするとその後は抽選で出場が認められます。今回は、アメリカで開催される大会(ウェスタンテイク160km)です。楽しむことができます。

