



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

[kawasaki-run.jimdofree.com/](http://kawasaki-run.jimdofree.com/)

〒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](mailto: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**11月24日**です。

**8月 月例表彰**

**★15回連続出場**

6766	長嶋	悠理
8607	坂井	豊貴
10574	長嶋	亜星
10922	道上	宗明
11435	小川	陽輝
11525	樋木	陽
11538	千葉	亮太

**★5回連続出場**

4438	田中	優詩
9541	島津	孝
11583	西野	凜
11705	西野	湊大
11715	瀬尾	寿幸
11781	辻	晃輔
11784	小泉	勇
11785	島津	茉央
11789	首藤	美歩
11811	小野寺	和哉

**★100回連続出場**

2803	高瀬	里紗
2821	吉沼	美和
7224	桂川	大和
7689	小野	智

**★50回連続出場**

3846	北原	莉桜
10293	橋	颯真
10506	大島	翔大
10507	平野	翔太

**大切なお知らせ**

**水害対策コースでの開催となります**

8月30日未明に多摩川河川敷が冠水した関係で9月の月例川崎マラソンは中止しました。10月はガス橋から下流だけ使用できるようになりましたが古市場陸上競技場は使えません。陸上競技場とコースの間の広場をスタート・ゴール地点としますので、参加者皆さんのご協力をお願いします。

- 1km:ガス橋に向かって500m折り返し、広場でゴール
- 3km:大橋に向かって往復2km、ガス橋に向かって往復1km、広場でゴール
- 5km:大橋に向かって往復2kmガス橋に向かって往復500mという一周2.5kmを2周して広場でゴール
- 10km:大橋に向かって往復2kmガス橋に向かって往復500mという一周2.5kmを4周して広場でゴール

詳しくは会場に掲示したコース図でご確認下さい。

月例川崎マラソン実行委員 佐藤好行

**第582回の参加者 2024.8.25**

**気象データ**

実数	554	子ども1km	107	延べ完走者数	975	天気:晴れ
内初参加	10	1km	284	総合10km完走者	61	気温:32.4℃
内 高校生以下	151	3km	280	2024実参加者累計	5,213	湿度:65%
内 棄権	84	3km2回目	168	前年同期	5,048	風向:南南東
		3km3回目	136			風速:4.2m

## 1. 仲良し兄弟 553 11525

553君は小学校2年生、11525君は小学校5年生です。川崎の北加瀬から来ました。月例川崎マラソンは、スマホでいろいろ大会を調べていた時に見つけました。今月で15回目です。ふだんは「KSD」という陸上クラブに入っていて、土曜日に等々力競技場や宮内小学校で練習しています。水曜日にも練習することもあります。練習メニューは、400mを何本かする時もあれば、体力をつけるための基礎トレーニングをいくつか組み合わせてする時もあります。11525君は、800mで市や県の大会に出場したこともあります。自己ベストは2分55秒です。将来の目標は、青山学院で箱根駅伝に出場することです。

## 2. クラブ紹介①「八走会」

9882 4453

月例川崎マラソンは、9882さんは2回目、4453さんは、30回目の出場になります。メンバーは、約50名います。年齢層は、50代～80代まで広範囲です。70代のランナーで月間200km走っている人もいます。主な練習場所は、「新横浜公園」です。2時間程度、各自自由にメニューを組んで練習しています。メンバーの住まいは、横浜が多いですが、県内の、大和・伊勢原・辻堂、東京の町田から来ているランナーもいます。大会にも参加しています。東京マラソン、かすみがうらマラソン、神奈川マラソン、JBMAマラソンなど主要な大会には、よく行っています。9882さんのフルのベストは3時間50分です。メンバーの中にはもっと速い人もいます。今日の月例川崎マラソンは、全てメニューをこなしました。

## 3. 親子3代ランナー 639 3246 4048

639さんは、今月で月例川崎マラソンは通算で512回目になります。住まいは古市場近くの平間です。月例川崎マラソンが始まった時からのお付き合いです。月例最古参のスタッフ達と一緒に走ったそうです。そして、今では、お子さん(3246・4048のお父さん・お母さん)、お孫さんと一緒に参加しています。小学校1年生のお孫さんは、1kmをしっかりと完走しました。一言「ほかにもスイミング・たいそう・ウクレレもなっています。その中でも、はしるのはたのしい。あつかったけれどさいごまでがんばりました。」

## 4. クラブ紹介②

### 「多摩川クラブ土曜練習会」

この古市場のトラックを練習拠点としています。20代から80代までのランナーが在籍しています。この月例川崎マラソンには、毎回10名前後で参加しています。タイムを縮めることも大切ですが、何よりも「走りを仲間と楽しむ」ということをモットーとして練習に励んでいます。多摩川で開催される駅伝には複数のチームを編成して臨んでいます。今回はこの多摩川で行われる12月開催の駅伝に出場します。上位入賞めざして頑張ります！



お詫び  
8月の河原版、「7月のインタビュー」にて、掲載写真とインタビューの番号が異なっていました。お詫びして訂正いたします。ホームページに訂正したものを掲載しています。