

爽やかな五月晴れの下 6月例走会

五月晴の下の例走会

5月完成
工事 山側
磐井川堤防嵩上げ

LSDの途中記録デス



なお、写真は口を塞いでいるが、これは読者への恥ずかしさやコロナの感染予防に配慮してのポーズではなく、LSDの途中記録を目的に撮ったものであることを申し添えます。

小野寺 良信 記

7月例走会

日 時	7月5日(日) 午前6時
会 場	磐井川河川敷「トリムコース」

初夏の早朝は、気分爽快の下ランニングにいそしむことが出来ます。
多くの参加をお待ちしております。
新しい仲間を誘ってきて下さい

6月例走会

6月7日五月晴の下6

頼をしました。

月例走会行いました。

今月は久しぶりに成田君、須藤君が参加。

コロナ禍により自粛解除後の例走会、幸いにも岩手は唯一の感染者なしで来ましたが、「これからもお互い気をつけ感染防止に努めましょう。」

大会イベント・中止により会報発行・ピンチ・寄稿依頼

県下交流会が中止になりそれに代わる事業を検討しております。
事業希望をお願いします。

浅沼 善治 記

例走会参加者

小野寺卓司 須藤正男
千葉丈夫 平澤和則
菅原孝一 成田頼大
川向愛斗 浅沼善治

一関 楽 走 会

2020年
7月号
No.542
猪行責任者
佐藤東
Tel 23-0101
09068525852

会員募集中

コロナ禍でのLSD

今年1月の立川（厳寒？）ハーフマラソンで叩き出した好記録から、否応なく今後のベストタイムを予想されることとなつてスタートした2020年。

ところがである、あろうことか4月の花巻MT大会以降現在に至るまで、全国のマラソン大会は軒並み中止となるとは誰が想像したであろうか。

これが、これまでストイックな（あくまで自己評価ではある）トレーニング計画は跡形もなく崩れることと相成った。加えて、庭木の剪定中に尾つい骨を強固な石にぶつけた悲劇は、とめどなくRUNのモチベーション低下に拍車をかけてしまふことになることは自明の理であった。

しかし、「ここで自沈するわけにはいくものかと奮闘した後は、トレーニングの原点でもある、「長い時

RUNのモチベーション低下に拍車をかけてしまふことになることは自明の理であった。

結果は、110分の所要時間で15kmをなんとか走破できたことで、結構な自信となって終了したこと

時間で15kmをなんとか走破できたことで、結構な自信となって終了したこと

結果は、110分の所要時間で15kmをなんとか走破できたことで、結構な自信となって終了したこと

結果は、110分の所要時間で15kmをなんとか走破できたことで、結構な自信となって終了したこと

結果は、110分の所要時間で15kmをなんとか走破できたことで、結構な自信となって終了したこと

間、ゆっくり、長距離を走ることにした。

自宅を出発後、遊水地堤防を北上し平泉町入り口付近のヘリポートを往復するという、かつて経験したこともなく、加えて走力のない自分にとっては、一時の思いつきで無謀なイベントとして去る5月24日実行したのである。



昨年の八幡平観光ツアー=10月26日玉川ダムにて

第3回役員会

日 時	7月11日(土) 午後6時~
会 場	株丸東工務店2階「会議室」
議 題	* 交流会に代わる事業（1泊旅行） * 50周年記念事業 * その他