

一関楽走会

2012年
新年号
No.450
発行責任者
浅沼善治
Tel.24-3250
09048827059



新春を迎えて

新年明けまして

おめでとうございませう
 去年は、3月11日の大地震、沿岸での大津波、福島では原発事故と悲惨な年でした。津波で亡くなられた走友に哀悼の意を表します。そのため、「走る仲間会」は「走る仲間会」は中止になりました。ただ、よい事がひとつだけありました。一関楽走会40周年を迎えました。一関楽走会40周年記念誌を刊行出来たことです。この記念誌により、多くの方々に一関楽走会の活動ならびに会員の姿を知っていただけたと思います。さて、今年も楽走会の行事は元旦マラソンに始まります。多数の参加を希望します。今年も多くの大会が各地で予定されています。積極的に参加して、自分の健康状態を確かめましょう。「継続は力なり」です。気持ちを新たに頑張りましょう。

今月号で会報は『450号』を迎えました。毎回会報の編集をされている会報担当者に感謝します。会報をみんなで盛り立てさらに充実していきたいものです。皆様の協力をお願い致します。

一関楽走会
会長 氷室 一彦

第54回一関市内駅伝競走大会開催

11月26日(土)



一関市内駅伝競走大会は11月26日第21回一関地方スポーツ少年団駅伝競走交流大会と同時スタートで一関市総合体育館を周回(5周5区間)のコースで開催されました。この日は天気も良く駅伝日和でした。市内駅伝には一般男子4チーム、マスターズ2チーム中学校男子8チームスポーツ少年団男子45チーム同女子3チームで勝敗を競いました。我が楽走会は毎年2チームを出しておりましたが、今年是一般男子の部に1チームしか出場できず残念でした。成績も振るわず3位に終わりました。来年は普段からトレーニングを重ね2チーム以上の参加で市の行事を盛り上げましょう。なおマスターズには大越さんを中心とし会から畠山さんも出場し、一関クラブとして2位でした。

関係チーム記録

	順位	1区	2区	3区	4区	5区
一般男子	3位	菅原孝一	小野寺恒彦	小野寺利美	平澤和則	松本守仁
一関楽走会	60分14秒	11:15	13:05	13:51	11:15	11:48
マスターズ	準優勝	播磨孝治	畠山真佐美	大越昭夫	阿部隆	岩淵章
一関クラブ	60分25秒	14:05	11:56	11:46	12:01	10:37

一関楽走会 監督 菅原孝一 一関クラブ 監督 大越昭夫

例走会・師走マラソン・秋季フルマラソン 12月4日(日) 晴れ 述べ8名参加

参加者	例走会	マラソン懇親会	走行距離
浅沼善治	○	◎	21
平澤和則	○	◎	27
菅原楯夫	○	◎	19
関野吉美	○	◎	ウォーク
畠山真佐美	○	◎	21
大越昭夫	○	◎	21
松本守仁	○	◎	
菅原孝一	○	◎	42

例走会・師走マラソン・秋季フルマラソン

午前7時55分にスタートしたのは浅沼さん、菅原盾夫さん、平澤和則、そしてGaminForerunner410。GPS内蔵の優れ物はラップと距離を正確に計測してくれました。自宅のパソコンへはワイヤレスでトレーニングデータを転送できてWeb上で走った軌跡(Google MapやBingで軌跡を表示)や、様々な角度からトレーニングデータの分析・検証が行えました。信号待ちなどの際にタイマーを自動ストップするオートポーズ機能もついているので、虹の下のでツーショット↓や長島交差点手前で合流した菅原孝一さんとのツーショット↓他ロスタイムを計測してくれました。今回ガーミンで計測した、一関楽走会のフルマラソン新コース折り返し地点は！

川嶋印刷手前バイパス交差点の緑地帯でした。【総タイム2:17分(移動タイム2:08分)】

その後、平澤は最短距離を直帰で27km。菅原孝一さんは反復して42km。

※ガーミンをパートナーに得て春が待ち遠しい！ 平澤和則 記

