

# 一関楽走会

2015年  
5月号  
No.490  
発行責任者  
浅沼善治  
TEL24-3250  
09048827059

4月例走会兼春季フルマラソンは4月5日遊水池堤防から平泉新衣川橋折返しで開催、雨の中5年振り2人の初完走者誕生しました



4月例走会に集う参加者

この日は朝から雨で参加者がいないだろうと思いが、河川敷に着くや、岩淵君がランニングスタイルでその気満々で「走りますよ」との言葉

## 雨の中 例走会・フルマラソン フル5年振り初完走2人 岩淵君・成田君

に事務局が励まされる。そのうち卓司さん関野さん初挑戦の成田君等続々参加佐藤会長が来たところで例走会開会。会長「総会は欠席裁判で会長に決まったが皆さんのご協力で活動して行きますから宜しく」と挨拶。その後事務局から本日のフルマラソンと26日の市民マラソン・桜を惜しむ会参加の呼びかけ例走会閉会。早速岩淵君と成田君が雨の中周回コースを走り、ロードへとスタートしました。今回のフルマラソンは5年振り2人が初完走やり遂げました。終始事務局が車でサポートしました。

浅沼善治 記



### フルマラソン

109人目の初完走者となりました成田です

走りは始めたのは5年前。運動不足の自分に妻が運動をさせようと勝手に北上マラソン10Kにエントリーされたのがきっかけでした。当時は長距離を走るのが嫌で、スポーツクラブに入会しスタジオプログラムで体を動かし、たまにトレッドミル程度でした。3年前一関に引っ越す直前に無謀にもハーフに挑戦しましたが、アキレス腱を痛めて1年間の休業。走れなくなると逆に走りたくなくなり少しずつ走り始め、たまに大会にも参加していました。そして今年の元旦マラソンがきっかけで楽走会に入会させていただき、フルマラソンに誘われ挑戦する事に。

仕事は準備をキッチリしたいタイプで慎重派(笑)ですが、仕事ではないし、こんなチャンスやタイミングは中々無いと思い練習不足・実力不足は承知でチャレンジすることにしました。

当日4時に起床すると雨音が。週間天気予報は雨でしたが前日は晴天だった為、勝手に晴れると確信していたので少しテンションが下がり気味。雨天の練習は体育館でトレッドミルかサボリなので、何を着ていいのか分からず、とりあえずゴルフ用の合羽で対応することに。その他はポーチ型のドリンクホルダーも購入し、食べ物等の準備も万全。雨に関しては暑いよりマシとポジティブに捉えスタート。13Kあたりまで岩淵さんと話しながら自分のペース走り、その後岩淵さんと別れ一人旅に。普段は河川敷や堤防などフラットなところを走っているの为上りがきつい。何とか折返しまで辿り着きここからは未知の世界。体力的には4分の3くらい使った感覚だったが、気持ちは切らさないようにと言い聞かせ再スタート。4号を横断したあたりからアップダウンがきつくなり登りは途中歩いたり。だれが42.195kなんて決めたんだ?メロスか?と華わけのわからないことを考えたり。堤防に戻る直前でキッドさんに追いつかれ「30Kすぎてからだぞー」と激励をもらう。

(2面へ)

## 市民マラソンと 堤防の桜を惜しむ会 4月26日

4月26日は市民マラソン参加と会の花見を行います。昨年で見納めとなるはずの桜が今年も見られる事から河川敷でマラソン後桜を惜しむ会を開催します。多くの参加をお待ちします。

記

- ◇ 日時 4月26日(日) 午後12時30分から
- ◇ 場所 磐井川河川敷「桜の下」
- ◇ 表彰 フルマラソン初完走者表彰
- ◇ 会費 1,000円

《集合写真撮影》 ホームページ更新用写真です。

ホームページ更新中です

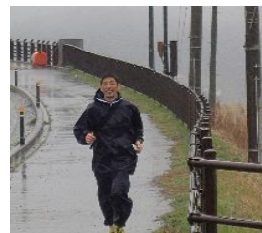
## 大島つばきマラソン 4月19日

昨年の9月以来の久しぶりのハーフだったので多少不安があったが、かなりのアップダウンのコースにもかかわらず、イーブンペースで良いリズムで走り切れたので、気持ちの良いゴールができました。

松本さんは、仕事の変化があり残業が続いてトレーニングが思うようにできなく、完走できるか不安があったようですが、無事ゴールしました。

帰路、気仙沼の復興商店街で食事をしました。毎日このような人出があれば良いだろうと思いました。

- 松本守仁 1:56:05
- 菅原孝一 1:38:05



リベンジのフルマラソン  
初完走しました50K走?  
108人目の岩淵です

例走会前にコースを3周走り終えて皆さんの来るのを待っていました。例走会後フルマラソンスタート。新会員の成田さんは初挑戦、私はリベンジ完走すれば初完走。始めは成田さんのペース合わせ走る感じでしたが、自分としてもすごく楽だった!!遊水池堤防を越え、新太田橋跨線橋を超え高館橋を過ぎた頃から成田さんとだんだんペースが合わなくなってきて、成田さんが先を勧めるのでお言葉に甘えてどンドンペースを上げていった!!いつの間にか成田さんが後方の方に消えてしまった。独走態勢になってしまった。

(2面へ)

### 5月例走会

とき 5月3日(日) 午前6時  
ところ 磐井川河川敷

桜は葉桜になりましたが、早朝爽やかですよ お出かけください。

当番 須藤正男さんお願いします

### 新会員自己紹介

私は39歳から腰痛対策で走り始め、初親子マラソン東山でいきなり優勝、個人ではどの大会でも10位前後アタフタ

阿部隆です

宜しくをお願いします