

一関楽走会

2016年
5月号
No.502
発行責任者
佐藤東
Tel.23-0101
09068525852

走る仲間の会岩手県交流会盛岡大会 6月19日に決定

交流会参加要項

期 日 6月19日(日) 集合出発 7時(市役所前)
開会式 午前9時30分~9時50分
スタート 午前10時~

会 場 つなぎ温泉 「清温荘」 ☎019-689-2321
コース 御所湖周辺 3キロ程度の往復コース

会 費 5,000円(参加料・交通費)

切 込 5月14日(土)
浅沼まで(24)3250 携帯09048827059

前回第32回大船渡大会で元氣よくスタートする一関楽走会員



第33回走る仲間の会岩手県交流会盛岡大会は来る6月19日につなぎ温泉清温荘で開催が決まりました。

今までは7月第1週の日曜日でしたが、3日は、岩手山焼き走りマラソン大会があることから、6月開催となりました。多くの会員が参加して盛り上げましょう。

例走会参加者

小野寺卓司
千葉 丈夫
千葉 健一
佐藤 東
菅原 楯夫
浅沼 善治



例走会で元気に体操

フルマラソン・懇親会参加者

菅原 孝一	フル(39回)
佐藤 東	18K
菅原 楯夫	20K
浅沼 善治	30K
畠山真佐美	25K



走った後はこれにカギル

4月例走会は3日6時 畠山さん菅原さんと続き半から市役所前で開催。ました。

事務局から会報500号 今回もフル初完走者はあ達成について岩手日日新りませんでした。キツ間と市民向け情報誌「イドさんは目標通り39回目を「デア」に掲載されたこと、の楽走会フルマラソンを4月24日に会創立45 完走しました。

周年・会報500号発行を おめでとうございます。祝う会開催、参加者の取 正午からは娯楽室で小りまとめのお祝いしまし じんまりと懇親会、大広間からカラオケ同好会のフルマラソンは蘭梅荘 素晴らしい歌声、つい誘から8時にキッドさんが われ飛入り参加、喝采を受けました。

39 回目の挑戦にスター 浅沼善治 記

例走会兼 春季フルマラソン

101回目のフル 板橋シティマラソン



1月の勝田マラソンで大会フル62回、楽走会の春秋フルで38回計100回のフルを走りましたが、レポートを書きませんでしたので、今回の板橋シティマラソンの101回目のレポートをします。

最近はおつぱら早朝の繰り返しですが、とりあの、のんびりトレイニング えず回数だけでもと考えて走っています。タイムををたどっているの、目 欲張らず、イーブンペースで気持ち良くフィニッシュしたいと前半抑え気味に走りますが、やはり走力の低下は明らかで、後半もかなりキツイ走りになってしまっています。今回も前半前半107分、後半117分とかなりペースを落としてしまいました。

菅原孝一 記

第33回 嵐の中を激走しました 河北新報 気仙沼つばきマラソン

2016年4月17日、キッドさんと一緒に大島を走って来ました。この日の天候は曇りから雨、そして昼前から大荒れになるという予報でしたが、気仙沼エースポーターからフェリーに乗り、9時頃に大島に着いた時点ではポツポツ雨が降って来る程度で走るには全く問題ない状況でした。しかし、キッドさんが参加するハーフのスタート時刻の10時近づいて来ると



美味しビールで健闘を称え合いました

空は暗くなり雨も大分降って来て、私が参加する10キロのスタートの頃には本格的に降りはじめました。そして、走り始めて20分位

【記録】

ハーフ一般男子の部
菅原孝一 1時間43分7秒
74位/269名

10Km男子50歳代の部
庄子裕之 46分28秒
19位/131名

今回は、いつもの何十倍も浴道の方々に感謝感謝です。ありがとうございます！
庄子裕之 記

した頃から風雨は強くなり、40分を過ぎた頃には風速は10メートルを超え暴風警報が発令される状況。雨も強くなって向かい風では顔が痛くて仕方がありません。そんな状況でもカッパを来て応援してくれる沿道の人達と、ゲストの土佐礼子さんの声援に励まされ、タイムはそれぞれワーストに近い結果でしたが何とか走り切り、一関に戻った後は美味しいビールで健闘を称え合いました。

5月 例走会

と き 5月1日(日) 午前6時

と ころ 市役所前駐車場

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