

板橋シティフル 3月19日

数日前から左足首に若干の違和感があり、たぶんこれが前兆だったかと思いますが、1月の勝田のリベンジだと思い、気を入れて走りだしました。しかし7kほど走った所で左足スネの筋肉がズキンときて、それ以降まともな走りができなくなり、せめて完走だけでもと歩いたり、走ったり。

陸連登録ゼッケンには、恥ずかしいフルになってしまいました。

4時間32分53秒

菅原孝一 記

4月例走会・フルマラソン・懇親会参加者

名 前	例走会	マラソン	懇親会
小野寺卓司	○		
佐藤 東	○		
菅原 楯夫	○	16K	○
千葉 丈夫	○		
千葉 健一	○		
菅原 東	○		
成田 頼大	○	35K	○
関野 吉美	○		
浅沼 善治	○	フル	○
菅原 孝一		フル	○
佐藤 文政		21K	○
須藤 正男		27K	○
畠山真佐美		21K	○

近況報告

右記に関野顧問から近況報告と4月MVPの申告がありました。関野さんは例走会に出られない時はハガキで月初に連絡があります。申告者は忘れず自主申告お願いします。

分畠
庭の福寿草の花も咲き終り
やっと梅の花が開きました。
三月分り走行距離は14料となり
うま合算(はさ)たよりよくお願いいたします
残り暮春うしろ老くとくは良く続いている
と思えます。皆さんはよろしく。
四月六日記
敬具

関野吉美顧問より

写真右例走会で元気よくラジオ体操第一



写真左走った後のビールの美味しさは格別

春季フルマラソン会計 4月2日

収入 会費 1,000円×8人=8,000円
 支出 お弁当・飲み物 8,902円
 収支 8,000円-8,902円=△902円

902円は一般会計から支出しました。

ご祝儀 佐藤東様 お酒

年会費納入者

細川慎一 2,000円 千葉亮二 2,000円
 小原博生(新会員) 2,000円
 阿部 隆 2,000円

3月月間MV

順位	名 前	3月走行	累計走行	累計順位
1	庄子 裕之	270	704	2
2	畠山真佐美	246	622	5
3	須藤 正男	231	776	1
4	菅原 孝一	231	663	3
5	大越 昭夫	221	602	6
6	小野寺卓司	208	631	4
7	小野寺知夏	200	450	8
8	浅沼 善治	170	563	7
9	関野 吉美	145	314	10
10	佐藤 文政	137	419	9
11	成田 頼大	115	282	12
12	平澤 和則	96	206	15
13	小嶋 哲郎	82	247	13
14	菅原 楯夫	80	240	14
15	佐藤 東	68	301	11
16	千葉 健一	30	108	16
17	金田真太郎		66	17