

第509回月例スナツプ

写真・インタビュー 中山 浩明

1. 1km 1位 9852 3087
小学校5年生です。月例川崎マラソンは2回目の参加です。前回は1kmは2位でした。横浜という陸上クラブに入っています。練習日は木曜日と土曜日です。夏は100mを中心短距離の練習をしています。冬は長距離で1000mになります。SB食品主催の「SBちびっこ健康マラソン」に参加します。3位以内に入る事が目標です。9852さんは6位以内で入賞できればいいなと思っています。

2. 仲間 2738 (5年生) 3449 (5年生)
8104 (年長さん)

中原区の木月から来ました。月例川崎マラソンは、2738さんは、41回目、3449さんは5回目、8104さんは、3歳から走り始め、36回目の参加になります。タイムも少しずつよくなっていますが、今日は暑すぎて遅かったです。1kmは5分台、できれば4分台で走れるようになりたいです。

3. 3km 1位 6746 3km 1位

今回は3kmで1位になることができました。月例川崎マラソンは10回目の参加になります。前回は10kmで10番台の順位でしたね。今日は暑すぎて顔をほてらせながら走りました。多摩区に住んでいますので、普段は多摩川や、生田緑地で走っています。時間がなかなか取れないので、月に走ることのできる距離は170kmくらいです。ね。「でんでん」というチームで、富士登山駅伝に参加します。上位入賞を目指して走ります。また、9月には福島で開催される50Kのトレイルを走ります。トレイルランが好きで、日本山岳耐久レースにも何回か出場しています。がんばります！

4. チーム紹介① 「星の子レディース」 1666 1



6. 女子3km B1位 3746
月例川崎マラソンは2回目の出場です。前回は1位になることができました。普段は、皇居・代々木公園・織田フィールドで練習しています。月間走行距離は250kmくらいです。「エアラン東京」というチームに所属しています。メンバーは50人くらいです。チームの練習場所は皇居が多いですね。メニューはいろいろで、インターバルでは、レストをはさんで800mを5本、キロ3分40秒くらいで走ります。フルマラソンのベストは3時間16分です。今年はポストンマラソンを走りましたが、思ったようなタイムを出せませんでした。次は9月16日に行われるベルリンマラソンに参加します。

今年度は東京マラソンに2人出場しました。一人は4時間10分で自己ベスト更新、もう一人も5時間30分で目標を達成することができました。横浜マラソンにはチーム7名全員が参加します。一番若い子は3時間30分切りを目指しています。他のメンバーもそれぞれ4時間切りの練習ですが、大会が近くなると、インターバルを入れて10kmを3回走る練習を取り入れています。持久力をつけることが目標です。

5. チーム紹介② 1947 3491 3762 4896

IBA(イバ) 湘南国際マラソンに多数参加している「アズビル」の家族チームです。チーム名のIBAは代表者の名前から付けました。月例川崎マラソンは1947さんは、20回目、3491さんは3回目、3762さん初めての参加です。湘南国際マラソンの練習として来ている。走った後はみんなと一緒にビールを飲むのも楽しみのひとつです。ストレス発散にもなっています。走った後に満足感を味わえるのも魅力的です。湘南国際には選手としてだけでなく、ボランティアとして参加することも多いです。将来は東京マラソンも走りたいと思っています。

アデイダスの「スピードスクワット」というチームに入っていますが、選考会(3名合格)に通じ、ベルリンマラソンに出場できることになりました。選ばれた以上期待を裏切らないような走りをしたいと思っています。平坦なコースと聞いていますので、目標は3時間10分切りです。

7. チーム紹介 ③ 多摩川クラブ 2197 2420 7859 7198 7689 他応援メンバー

今日も酷暑のレースとなりましたが、物好きなメンバー達は暑さにもめげずに一生懸命走りました。普段は、月例川崎マラソンと同じ古市場で練習しています。毎週水曜日は、「水曜練習会」と称して、丸子橋で走っています。詳しくは多摩川クラブのHPの掲示板のレッドをご覧ください。ご近所の皆様の参加をお待ちしています。

*前回の月例で西日本豪雨被害義援金を参加者の皆様から20,595円頂きました。有難うございました。日赤に届けました。また、月例川崎マラソンから50,000円を全国連盟を通じて被災地の連盟組織に渡しました。

Table with columns: 種目, 男子, 女子, 合計. Rows include 3km-D, 3km-C, 3k (幼少, 中学, 高校, 大人, 計), 子ども1k, 延べ出場者, 初参加, 棄権, 延べ参加者, 年間累計出場者, 実数.

おしらせ
・300回連続出場の優遇措置について
2019年から参加費無料は廃止します。12回使用可能な回数券を贈呈し栄誉を称えることとします。今年いっぱいはい今まで通りです。



①NOICは胸・背へ着け、バーコードは胸NOICの左下へ吊り下げて下さい。
バーコード・NOICは自己管理です。紛失でのバーコード再発行 500円
NOIC再発行の場合は、300円かかります。
②大型記録簿発行は 申し出制となりました。
各種目1〜3位
ただし1kmは小学生。
3kmは AB合同で
高・中・小学生対象
申し出なき場合発行
されません。
(必要な方は本部へ申し出て下さい)
③連続賞は 49・15・25・35・50・65・80・100・130・150・180・200・250・300回があります。
15回はNO 副込シャツ。
50回・100回は 賞品をトロフィー又は額入り本人写真の選択可。

