

2017 年 1 月号

走友

天白川走友会編集委員製作

～目次～

- ・集合場所のお知らせ
- ・集合時間について
- ・1 月の例会メニュー
- ☆西濃駅伝について
- ☆2016 年の反省と来年の抱負
- ☆第 38 期 MVP
- ☆新入会員ご紹介

＜新年のご挨拶＞

新年明けましておめでとうございます。

会員の皆様におかれましては、新しく清々しい気持ちで 2017 年を迎えられたことと思います。

新役員体制になって早 3 か月が経ちました。私自身、会長としてまだまだ慣れない点がありますが、今後とも宜しくお願い申し上げます。

さて、私たち天白川走友会は今年で 39 期目であり、その翌年にはいよいよ 40 周年を迎えます。その時、みなさんはどのような姿を会に求め、またご自身は何を為したいとお思いでしょうか。

私には、会員の皆さんがそれぞれ自分の得意なこと、好きなことに携わり、強みを発揮して会の活動に参加し、お互いが楽しみ、高め合い、感謝し合う姿が浮かび上がります。一言で言えば、「役割と感謝」でしょうか。この二面がうまく噛み合えば、私たち天白川走友会は 50 周年、60 周年を迎えることができると信じています。

全ては会員のみなさんのご協力があることです。今年もよろしくお願い申し上げます。

天白川走友会 会長 平野裕司

☆集合場所のお知らせ

- 集合場所 : 菅田橋下流 200m 地点(雨天時:菅田橋下)
河川敷工事 : 2016/11 現在菅田橋周辺域の河川敷工事は終了していますが、
2016/12 よりさらに上流側へ工事が進むようです。

☆集合時間について

- 10 月～5 月の例会集合時間は 7:00 です。
お間違えの無いようにお願い致します。

☆ 1 月の例会メニュー(集合 7:00)

月日	例会練習メニュー	☆近郊の大会	◎注目の大会
2017/1/1	☆走り初め 2.5 km or 5.2km 申告タイムと実タイムの誤差による順位を競います	☆第 27 回ぎふ元旦マラソン	
1/8	(最大)2 時間走 A4.00～6.00/km(ペースは参加者で) B フリー	☆第 11 回みのかも日本昭和村 ハーフマラソン	
1/15	インターバル 3000m → 2000m → 1000m (それぞれ間に休憩 r3'-2'が入ります)	☆第 19 回木曽三川マラソン	◎第 27 回 宮古島 100km ワイドマラソン
1/22	東山 1 万歩コース(往復 10.5 km + α)	☆第 52 回一色マラソン	

1/29	(最大)2.5 時間走 A4.00～6.00/km(ペースは参加者で) B フリー		
2/5	(最大)30km 走 A4.00～6.00/km(ペースは参加者で) B フリー		◎第 71 回香川丸亀 国際ハーフマラソン大会 ◎第 66 回 別府大分 毎日マラソン大会

※お知らせ

- ・10 月～5 月の例会集合時間は 7:00 です。
- ・6 月～9 月の例会集合時間は 6:30 です。
- ・給水は各自が必ず用意してきてください。

☆西濃駅伝について

担当リーダー：平野、小川、稲垣

他担当者：久保田、藤本、松井、横井、富永、小野田、河村、長谷川(洋)

西濃駅伝の申し込みが終了しました。

本年は、一般 A が 1 チーム、一般 B が 1 チーム、女子が 1 チームとなりました。

まだまだサポーターの方を募集しております、たくさんのご参加をお願いします。

※注意※ 昨年度から大会のスタート時間が早まっているため、例会場近くのマリノ前の集合 6 時、最終バス降車 17 時になります。

☆2016 年の反省と来年の抱負

12 月 11 日に 2016 年忘年会が行われました。

席上で参加の会員に今年の成果や来年の抱負を伺いました。来年も目標に向けてがんばりましょう！

※コメントは小川のメモです。聞き取り違いがありましたらご容赦下さい。

お名前	今年の反省&来年の抱負
井上	今年は全く走れなかった。来年こそは走ります！
稲垣	揖斐川はきっちり完走できて良かった。ウエメンズは良いタイムで完走！
大井	アウント付けて頑張って走ります！
森	今年は走っていないので、来年は走る！
鈴木(久)	野辺山 70kmm 完走できました。来年も頑張ります！
熊崎	現在、琵琶湖の東に住んでいます。来年は東京で 3 時間 30 分目指します。
久間田	今日は大勢の顔が見れて嬉しいです。来年も和を大切に！
日面	東濃の応援ありがとうございました。来年はサブ 3 したい！
日面(愛)	35km 完歩しました。来年は 60km 完歩目指します。
中野	3 時間 15 分が目標でしたが未達でした。来年は富士山で目指します。
鈴木(正)	最近、山の向こうに引っ越しました。筋肉衰えました。
田中(慶)	あいの土山で初フル完走しました。来年は 4 時間以内目指します。
茂木	今年は 70km 走りました。来年のウエメンズは 3:40 切りでベスト目指します。
中山	健康を目標で走っています。来年はトライアスロンを完走する。
成田	あまり走れていませんが、走力落ちない様に家庭と仕事と RUN を両立します。
三森	来年のウエメンズは今まで以上を目指します。
小川	皆さん天白のユニフォーム着て走りましょう！来年もサブ 2.5 目指します！
青木	椎間板ヘルニア手術から歩けるまでになった。来年は 10km 歩けるようになる！
志村	高 3 の担任であり走れていませんが、楽しく走ります！
中神	60 歳代で入賞できるように頑張ります！

☆第 38 期 MVP

2016 年忘年会の席上、今期の MVP を発表致しました。

我こそは！皆さん来年は MVP 目指して頑張りましょう！！（敬称略）

MVP: 久保田、久間田、田中 徹、藤本



☆新入会員ご紹介

ご入会いただいた新会員のご紹介をさせていただきます。

ますます会が盛り上がるように皆さんで楽しく走りましょう！



お名前	茂木 麻依子 さん
年齢	名古屋市天白区在住 40 代
現在の走力	フルマラソン: 3 時間 50 分
入会時期	2015 年 10 月



お名前	三森 薫 さん
年齢	名古屋市天白区在住 40 代
現在の走力	フルマラソン: 4 時間 15 分
入会時期	2015 年 10 月