

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
- ・5月の例会メニュー

- ☆天白川走友会創立40周年記念行事の御案内
- ☆新入会員ご紹介
- ・☆申告タイム制記録会結果

☆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。

☆ 5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
5/6	距離走(最大)25km A4.00～6.00/km(ペースは参加者で) Bフリー		◎2018(第47回) バンクーバーマラソン
5/13	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4回石垣島ウルトラマラソン
5/20	タイムトライアル 5km もしくは 10km	☆野辺山ショートマラソン	◎軽井沢ハーフマラソン 2018
5/27	野外走 牧野が池緑地(往復 11 km + α)	☆第3回清流木曾川 中津川リレーマラソン ☆第7回 4時間耐久リレー マラソン in フォレストヒルズ	
6/3	※例会休み 天白川走友会創立40周年記念行事のため		

※お知らせ

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

・6月～9月の例会集合時間は6:30です。

天白川走友会創立40周年記念行事の御案内 (参加募集)

祝40周年! 大型観光バスにて団体で「第38回南木曾町・妻籠健康マラソン」に参加し、その後入浴、記念宴会を催し夕方天白に帰着するツアーを企画中です。奮ってのご参加をお待ちしております。

*前案内(3月初めに発行)からの変更・追記箇所は青字で記載。

【申込み方法と参加費】

例会での連絡、ML、掲示板等で役員までご連絡をお願いします。

必要事項：参加者氏名、レースへのエントリー有無（有の場合は距離を明記）

お子様参加の場合は年齢と人数も追記

参加費：6,500円（非会員 7,500円）

*入浴代、宴会代（飲み放題プラン）込み、子供の食事代は個別相談

*エントリー代は別途各自負担

【参加申込期限】

日程：2018年5月6日（日）、例会まで

【現在までの企画検討状況】

日程：2018年6月3日（日）

☆集合、出発

出発：朝 **5：45頃**（途中乗車場所は新瑞橋、吹上）

場所：菅田橋南側、ピZZERIAマリノ前

会場着：**7：45頃**

*バス乗車人数は最大 54名。

*参加資格は会員、会員家族、会友、会友家族、天白川走友会に在籍したことがある者、会員紹介のラン友

☆レース

*エントリーは締め切られました：**4月15日（日）**

表彰式：各部門 8 位までゴール後順次表彰式 12時 00 分頃 終了予定

☆入浴、宴会、帰路

*バスで移動後、入浴、宴会の順で実施

***入浴：クアリゾート湯舟沢、宴会場：ホテル花更紗（飲み放題付！）**

（両方とも同じ敷地内：岐阜県中津川市神坂 280 番地）

*17:30~18:00 頃、名古屋到着の予定

幹事：平野（リーダー）、稲垣（副リーダー）、役員全員

係（マラニック担当をスライド）：石上夫妻、志村、岡本（勝）、桜、二村、山、中尾、遠山

以上

☆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	有田 龍平(ありた りゅうへい) さん
年齢	名古屋市緑区在住 34 歳
現在の走力	ハーフ 1 時間 19 分 30 秒、 30 km 1 時間 58 分 32 秒 フル 3 時間 02 分 22 秒
コメント	聴覚に障がいがありますが、皆さんと沢山走ってレベルを上げたいと思っております。そろそろサブスリーを達成したい一心です。どうぞよろしく願いいたします。



お名前	阿部 恵美子(あべ えみこ) さん
年齢	名古屋市在住 50 代
現在の走力	フルのベストは 4 時間 50 分です。
コメント	10 km 1 時間を切るのが目標です。 長い距離を走れるようになりたいです。 よろしく願いいたします。

★申告タイム制記録会 11.32km or 5.66km or 2.83km (2018.4.8)

順位	氏名	差	申告タイム	結果	距離	km ペース(参考)
1	中野	-2 秒	45 分 30 秒	45 分 28 秒	11.32km	4 分 01 秒
2	相宮	-8 秒	35 分 00 秒	34 分 52 秒	5.66km	6 分 10 秒
3	中野(子)	-10 秒	16 分 59 秒	16 分 49 秒	2.83km	5 分 57 秒
4	小林(一)	-18 秒	47 分 00 秒	46 分 42 秒	11.32km	4 分 08 秒
5	高須(里)	-41 秒	30 分 00 秒	29 分 19 秒	5.66km	5 分 11 秒
6	松山	-51 秒	29 分 30 秒	28 分 39 秒	5.66km	5 分 04 秒
7	小川	-1 分 06 秒	43 分 00 秒	41 分 54 秒	11.32km	3 分 42 秒
8	田中	-1 分 11 秒	60 分 00 秒	58 分 49 秒	11.32km	5 分 12 秒
9	金子	-1 分 38 秒	28 分 00 秒	26 分 22 秒	5.66km	4 分 40 秒
10	阿江	-1 分 52 秒	27 分 55 秒	26 分 03 秒	5.66km	4 分 36 秒
11	平野	-1 分 58 秒	53 分 00 秒	51 分 02 秒	11.32km	4 分 30 秒
12	椛	-2 分 00 秒	51 分 00 秒	49 分 00 秒	11.32km	4 分 20 秒
13	鈴木	-2 分 03 秒	16 分 59 秒	14 分 56 秒	2.83km	5 分 17 秒
14	松本	-2 分 22 秒	34 分 00 秒	31 分 38 秒	5.66km	5 分 35 秒
15	丸谷	2 分 39 秒	35 分 00 秒	37 分 39 秒	5.66km	6 分 39 秒
16	阿部	-3 分 36 秒	38 分 30 秒	34 分 54 秒	5.66km	6 分 10 秒
17	石原	-4 分 03 秒	36 分 30 秒	32 分 27 秒	5.66km	5 分 44 秒
18	大井	-4 分 30 秒	35 分 00 秒	30 分 30 秒	5.66km	5 分 23 秒
19	鍋島	-4 分 32 秒	55 分 00 秒	50 分 28 秒	11.32km	4 分 27 秒
20	岡本(裕)	-5 分 06 秒	62 分 00 秒	56 分 54 秒	11.32km	5 分 02 秒
21	伊熊	—	35 分 00 秒	DNF	5.66km	—