

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

- ・10月の例会メニュー(2018/10/1現在の暫定版)
- ☆東濃駅伝予選会について
- ☆定例総会について

☆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 : 2018/7 現在菅田橋周辺域の河川敷工事は終了していますが、
2018/12 よりさらに上流側へ工事が進むかもしれないようです。

☆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。

☆ 10月の例会メニュー(集合 7:00) (2018/10/1現在の暫定版)

月日	例会練習メニュー	練習目的
10/7	東濃駅伝選考会(男子 8km 女子 5km)	東濃駅伝メンバーに向けて日頃の成果を出そう!
10/14	東濃駅伝選考会(男子 8km 女子 5km) ※例会終了後、定期総会※	最終選考会になるので、日頃の成果を出して頑張ろう!
10/21	時間走(最大)2時間 A4.00～6.00/km(ペースは参加者で)、Bフリー	始めに決めたペースで、時間いっぱいまで体を動かし続けよう!(終わった後も余裕を残そう)
10/28	野外走 東山 1万歩コース(往復 10.5 km + α)	タイムを気にせずゆっくり走ろう! 走友会の人とたくさんコミュニケーションを取ろう!
11/4	野外走 ※予定※ 例会場から 熱田神宮全日本大学駅伝観戦	熱田神宮のスタートから1kmぐらいの所で大学駅伝を応援しよう! 現地まで走って向かいます。

※お知らせ

- ・給水は各自が必ず用意してきてください。

☆東濃駅伝予選会について

リーダー:小川(暫定)

日時:10月7日(日)、10月14日(日) 7時

場所:例会場

2回のタイムトライアル 8km(女子は 5km)の記録にて今年の東濃駅伝(11/18)の選手を選考します。

選手として参加希望者は必ず最低1回はトライアルに参加して記録を残して下さい。

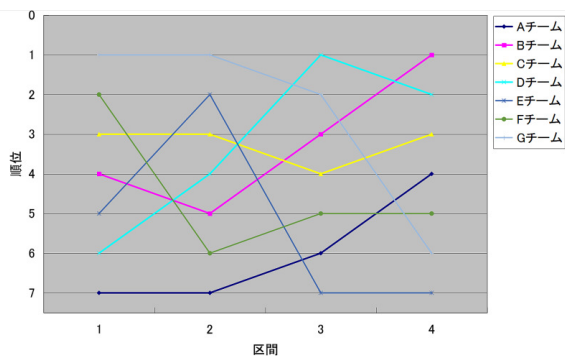
2回参加した方は良い記録の方を選考タイムとします。

☆ミニ駅伝の結果について

担当:小川、中野

開催日:平成30年9月16日

チーム	1区		2区		3区		4区	
	選手名		選手名		選手名		選手名	
	通過時間 区間時間	通過順位 区間順位	通過時間 区間時間	通過順位 区間順位	通過時間 区間時間	通過順位 区間順位	通過時間 区間時間	通過順位 区間順位
A	三森		正木		樋口		小川	
	14:33	7	19:08	7	30:43	6	0:44:56	4
	14:33	7	04:35	3	11:35	4	14:13	1
B	岡本		石川		稲垣		有田	
	13:18	4	18:03	5	29:25	3	0:44:24	1
	13:18	4	04:45	6	11:22	2	14:59	2
C	阿江		小山		松山		熊崎	
	13:05	3	17:46	3	29:32	4	0:44:49	3
	13:05	3	04:41	5	11:46	5	15:17	3
D	中神		鈴木(久)		坪井		中野	
	13:36	6	17:58	4	28:59	1	0:44:46	2
	13:36	6	04:22	2	11:01	1	15:47	4
E	高須		鈴木(わ)		松本		長谷川	
	13:27	5	17:34	2	30:54	7	0:49:51	7
	13:27	5	04:07	1	13:20	7	18:57	6
F	平野		阿部		柴田		小林(文)・河村	
	12:43	2	18:09	6	29:36	5	0:46:08	5
	12:43	2	05:26	7	11:27	3	16:32	5
G	斎藤		中野(み)		横山		柊	
	12:36	1	17:16	1	29:19	2	0:48:28	6
	12:36	1	04:40	4	12:03	6	19:09	7



☆定例総会について

担当：平野

日時 10月14日(日) 10:00~12:00

場所 八事東コミュニティセンター(例年と同じ場所)を予定
名古屋市天白区元八事二丁目 48番地の1

* 会場の変更があった場合は、都度ご連絡致します。

第41期定期総会を行います。

1年の行動予定等を会員全員にて討議決定します。

特に今回は新役員の選出議案がありますので、走友会会員は出来る限り参加するようお願いします。

また、第41期行事担当の希望受付を同日より行いますが、定期総会出席者の希望を最優先とします。

※飲み物(ペットボトル)のみ出します。経費節約のため軽食はお出しません、あらかじめご了承下さい。

