

走友

2018年12月号

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
- ・12月の例会メニュー
- ☆中山道東濃駅伝結果
- ☆第41期行事係振り分け
- ☆忘年会のお知らせ
- ☆さよなら4時間走について
- ☆新年走り初め会について
- ☆西濃駅伝について

☆集合場所のお知らせ

集合場所 : 菅田橋(赤い橋)の下流 200m あたり

☆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お願い致します。

☆ 12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
12/2	(最大)30km 走 A4.00～6.00/km(ペースは参加者で) B フリー	☆野口みずき杯 2018 中日三重 お伊勢さんマラソン	◎第72回福岡国際マラソン ◎第13回湘南国際マラソン
12/9	申告タイム 5km もしくは 10km	☆第34回東海シティマラソン ☆第5回尾張旭森林マラソン	◎奈良マラソン 2018 ◎第30回袋井クラウンメロンマラソン in ECOPA
12/16	東山 1万歩コース(往復 10.5 km + α)	☆第44回東浦マラソン	◎第49回防府読売マラソン大会
12/23	☆さよならラン 4時間走 エイドも充実してます。4時間使って 今年最後の例会を楽しもう!		◎第30回記念加古川マラソン大会
2018/1/1 (火曜)	☆走り初め 5 km 申告タイムと実タイムの誤差による順位を競います	☆第29回ぎふ元旦マラソン	
1/6	(最大)2時間走 A4.00～6.00/km(ペースは参加者で) B フリー		

※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。
(参考)・6月～9月の例会集合時間は6:30です。

☆中山道東濃駅伝結果

担当: 小川、平野

日時: 11月18日

一般A [エントリー21、完走21]		第1区	第2区	第3区	第4区	第5区	第6区	第7区	第8区
順位	58.5km *:区間賞 &線上出発	中津川 7.7km ↓ 坂本	坂本 6.3km ↓ 惠那	惠那 9.4km ↓ 武並	武並 4.8km ↓ 釜戸	釜戸 6.9km ↓ 瑞浪	瑞浪 9.3km ↓ 土岐津 小学校	土岐津 小学校 5.4km ↓ アウトレット南	アウトレット南 8.7km ↓ 多治見
1	No=17 庄内RT-AA 3:07'48	白羽根勇太 23'48<1> 23'48[1]	木村 雅幸 20'27<6> 44'15[2]	林 勇輝 31'15<6> 1:15'30[2]	前家 涼祐 15'07<6> 1:30'37[4]	祖父江大尚 20'59<1> 1:51'36[1]	野崎 洋平 30'22<6> 2:21'58[2]	木下 雅裕 18'32<1> 2:40'30[1]	HywelCare 27'18<2> 3:07'48[1]
2	No=7 大垣体連 3:09'05	菱田 直弥 24'06<2> 24'06[2]	木場 駿介 20'04<2> 44'10[1]	木場 雄大 30'26<2> 1:14'36[1]	馬淵 直也 14'51<4> 1:29'27[1]	近澤 輝剛 22'13<4> 1:51'40[2]	日下部吉彦 30'16<4> 2:21'56[1]	遠藤 憲一 19'14<2> 2:41'10[2]	浜野 雄大 27'55<5> 3:09'05[2]
17	No=19 天白川走友会 3:32'16	志村 俊人 29'48<21> 29'48[21]	中野 和武 23'12<17> 53'00[21]	小川 博史 32'46<14> 1:25'46[20]	椛 宏一 16'17<14> 1:42'03[19]	尾上 稔 24'20<14> 2:06'23[18]	日面 彰一 34'06<19> 2:40'29[18]	木下 慶介 21'34<17> 3:02'03[17]	須山 大地 30'13<12> 3:32'16[17]

選手・応援・サポーターコメント

	氏名	コメント
選手	志村 俊人	補欠の3から1区に出走しました。1区は今年から一般Aだけになりダントツのドベでした。覚悟はしていたので開き直って最後までテンポ良く走ることに専念し、最近の自分の中では一番に速く走れました。サポート、応援、ありがとうございました。
選手	中野和武	今回は、白バイに追っかけられての2区でした。もう少し他のチームと追っかけっこできるように、来年まで山登り練習します。
選手	小川 博史	目標タイムに届かずに残念でした。最後尾は車のアナウンスがうるさくて、なんとか最後尾を逃れようと頑張りました。サポートありがとうございました。
選手	椛 宏一	今日は全力を出し切ることができました。サポートありがとうございました。次の目標はこれから考えます。
選手	尾上 稔	初めての東濃で舞い上がってしまい、ただ走るだけの6.9kmでした。次回も選手に選ばれるよう精進します。サポート応援ありがとうございました。
選手	日面 彰一	サポートには本当に感謝です。お蔭で心軽やかに走れました。6区スペシャリスト小川さんの偉大さを痛感しました。
選手	木下 慶介	10日前に出走要請を頂き、何とか走れるまでには調整して参加させて頂きました。記録は満足できませんが楽しんで走れました。応援ありがとうございました。
選手	須山 大地	終盤少し足が止まってしまいましたが、みなさんのサポート・応援で最後まで走り切ることができました。来年は勝負できるよう一年間頑張ります。
サポート	熊崎 康夫	出走できず悔しかったのですが、1区代走の志村さんと自分がサポートした8区の須山君が「思い切り」走ってくれたので、OKです。またサポート・応援しながらチームとして行動し、気持ちの上では自分も「走り切る！」ことができました。サポートに参加して良かったです。選手のみなさん、お疲れ様でした。そして幹事の役員、チームのみなさん、ありがとうございました。
サポート	阿江 智恵	お疲れ様でした。みなさんの快走に刺激を受けました。来年は女子チームも参加したいです。
サポート	阿部 恵美子	選手・サポーターの皆様お疲れ様でした。みなさんの頑張る姿に感動しました。ありがとうございました。
サポート	樋口 志津江	応援させてもらって楽しかったです。自チームもさることながら、どの選手の力走にも元気をもらいました。ありがとうございました。バイクに後方サポートされるのは、私は去年の東濃で経験してるので、共感できます。次は！
サポート	藤本 誠	サポートの方が一番多かった。全員が全力で走られうれしかった。
サポート	森 武文	ランナーがより速く走れるように、力強く優しく応援をします。

サポート	青木 律子	晴天に恵まれて仲間の力走を応援でき楽しい秋の日でした。若さがまぶしい1日でした。
サポート	岡本 裕宏	チームメイトの快走に力をもらいました！天白川走友会最高！！
サポート	平野 裕司	無事怪我なく駅伝が終わって何よりです。東濃駅伝は年に一度の真剣勝負。選手、応援、一体となって盛り上がったことと思います。ご協力ありがとうございました。



☆第41期行事係振り分け

日程	行事	幹事	係 (敬称略)
11/18	東濃駅伝	小川・平野	岡本(裕)、小林(丈)、石原、藤本
12/9	忘年会	稲垣・花	長谷川(真)、相宮、丸谷
12/23	さよならラン	小林・中野	甘粕、阿部、松本、宮園夫婦、鈴木(正) 富永、渡邊、正木、有田、金子
1/1	新年走り初め会	斎藤・花	鈴木(久)、松山、樋口、三森、茂木、石川 長谷川(富)、中村(南)、伊熊、阿江、川谷
2/17	西濃駅伝	稲垣・井上	久保田、田中、石上夫妻、木下、鍋島、河村
5月	マラニック	井上・中野	志村、森、岡本(勝)、小野田、中神、山、坪井 小林(昌)、
9月	ミニ駅伝	小川・平野	柴田、大井、小山、高須夫妻、熊崎、尾上、青木、 横山、日面、成田、須山、植原

☆各行事のリーダーは、幹事が担当します。
係りで都合の悪い方は会員同士で交代し報告してください。

☆忘年会のお知らせ

担当リーダー： 稲垣、椛

他担当者： 長谷川(真)、相宮、丸谷

下記の要領で忘年会を開催しますのでふるってご参加下さい。

参加の可否は、メーリングリスト・例会場にて教えてください。お子様も、ぜひどうぞ！

日時： 12月9日(日) 18時00分～

場所： 豊澤園(中華)昨年も利用した地下鉄瑞穂運動場西駅下車すぐ。

<http://loco.yahoo.co.jp/place/g-YFFB99uVcR/>

名古屋市瑞穂区瑞穂通 5-9

瑞穂運動場西駅 5 出口から徒歩約 1 分

052-841-8002

☆さよならラン 4 時間走について

担当リーダー： 小林、中野

他担当者： 甘粕、阿部、松本、宮園夫婦、鈴木(正)、富永、渡邊、正木、有田、金子

日時： 2017年12月23日(日) 7時集合

場所： 天白川河川敷、例会場

費用： 会員は無料、会員外は 500 円

メニュー： 4 時間走(但し距離、時間は各自に任せます。早く終わってもかまいません。)

エイドは温かい飲み物、軽食を準備しております。

会員の方へ：エイド用の机(キャンプ用)お持ちの方御持参下さい。

魔法瓶(水筒)に熱いお湯を入れ御持参下さい。・マイ箸・マイコップ・マイお椀→ゴミの削減に協力を！

☆新年走り初め会について

担当リーダー： 斉藤、椛

他担当者： 鈴木(久)、松山、樋口、三森、茂木、石川、長谷川(富)、中村(南)、伊熊、阿江、川谷

日時： 2018年1月1日(火) 7時集合

場所： 天白川河川敷例会場

メニュー： 申告タイム 5km

1年の無事を祈り新年走り初め会を行います。

申告タイム 5km の順位に応じた記念品をご用意致します。

ふるってご参加ください。

☆西濃駅伝について

担当リーダー： 稲垣、井上

他担当者： 久保田、田中、石上夫妻、木下、鍋島、河村

西濃駅伝のエントリー受付は 12/3 から始まります。現在、選手・サポーターを募集中です。

第 40 回、今回が最後のため、締め切りが早まると予想されます。

大至急、参加の意思表示をお願いします！

開催日程： 2018(平成 30)年 2 月 17 日(日)

場所： 大垣市浅中公園陸上競技場発着

この行事の位置づけは東濃駅伝とは異なり、みんなで参加し駅伝の楽しさを感じていただくものです。奮ってご参加ください。

参加者の希望を聞いて以下のカテゴリでのチーム編成をします。よろしくをお願いします。

- ・一般 A (7 区間) (原則登録競技者)
- ・一般 B (6 区間) (未登録競技者(40 歳以上または女性は登録者でも可))
- ・女子の部(5 区間) (女子のみで編成)

応募締切： **エントリー受付は 12/3～ 大至急、参加の意思表示をお願いします！**

参加希望者は以下の内容をメーリングリスト・例会にて担当・役員までお伝えください。

- ・希望カテゴリ： ①一般 A ②一般 B ③女子の部 ④サポーター
- ・参加者情報： ①氏名 ②西暦生年月日 ③陸連登録番号(登録者のみ)