

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

・8月の例会メニュー

○年間行事 ミニ駅伝のご案内(予定)

☆タイムトライアル結果 (10km or 5km)

☆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(夏季期間中)

☆集合時間について

6月～9月の例会集合時間は6:30です。

お間違えの無いようにお願い致します。

☆ 8月の例会メニュー(集合 6:30)

月日	例会練習メニュー	☆近郊の大会	◎注目の大会
8/2	距離走(最大)20km A4.00～6.00/km(ペースは参加者で) Bフリー		
8/9	レペティション 5000m×3本(2本でもOK)レストは10分		
8/16	申告タイム 5km もしくは 10km		
8/23	野外走 東山 1万歩コース(往復 10.5 km + α)		
8/30	時間走(最大) 2.5時間 A4.00～6.00/km(ペースは参加者で) Bフリー		
9/6	距離走(最大)20km A4.00～6.00/km(ペースは参加者で) Bフリー		

※お知らせ

・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。

○年間行事 ミニ駅伝のご案内(予定)

リーダー : 小川、井上

担当 : 中野、大井、樋口、熊崎、柴田、成田、高須夫妻、横山

日程(予定): 9月20日

開催日・実施方法につきましては現在検討中です。

3密を避けながら行いたいと思っております。

決定次第、メーリングリストや掲示板、ホームページにてご案内します。

☆タイムトライアル結果 (10km or 5km)

日時:2020年7月19日

10km

氏名	目標	結果	差
小林一	0:42:00	0:42:45	0:45
小川	0:38:00	0:42:50	4:50
栴	0:45:00	0:46:09	1:09
平野	0:45:00	0:46:18	1:18
鏡味	0:46:00	0:46:45	0:45
大橋	0:55:00	1:00:55	5:55
中神	0:48:30	DNF	-

5km

氏名	目標	結果	差
田中	0:27:30	0:26:52	-0:38
鈴木久	0:28:00	0:27:46	-0:14
松山	0:28:00	0:27:55	-0:05
伊熊	0:29:55	0:29:27	-0:28
松本	0:30:30	0:29:46	-0:44
甘粕	0:30:30	0:29:52	-0:38
小山	0:30:00	0:30:10	0:10
相宮	0:30:00	0:32:46	2:46
阿部	0:35:30	0:34:40	-0:50
石川	0:35:00	0:38:09	3:09
宮園	0:44:00	0:41:24	-2:36

☆定例総会について

担当:平野

日時 10/11(日) 10:00~12:00

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



* 会場、あるいは、開催方法等の変更、があった場合は、都度ご連絡致します。

第43期定期総会を行います。新旧執行部の交代、および1年の行動予定に関する討議を予定致します。詳細はメーリングリスト等で展開いたします。