

泉南走ろう会

泉南スポーツ社
07248-3-4653

続 或る阿呆男の一日

会長 達 建三

八月一日雨。昨夜は随分と雨が降った。いやば雨だ。「こんな時、走りに行かなくてもよいのに」と家内の声を後にして、早朝、六甲へ出発。午前九時到着。スタートには、まだまだ時間が早い。それでも、三々五々何処からともなく皆が集まってくる。好まぬ人があつたものだがあつと感心する。おや、泉南走ろう会より只一人と思つてはたが、誰か知り合ひの人と一語に A した。矢張り走る人は、違つたあ。こんな雨だといふのに根性があると、またまた感心する。雨の為、開会式もそこそこに、十KMコースにスタートする。平素は十KM、大した距離とは思われないが、どうも体が重い。平素のペースを土しきれない。苦しめられて、ゴールする。タイムは、どうかなあ。後日、記録表の

送付を依頼して帰途につく。帰り道何処の誰か知らず、会った身も、人より話しかけてくる。「雨の中、大変でしたかあ。」「暑かった。いや雨でお腹が空いて困った」とか。が一様に完走の満足さうな顔をして、また、来年も来るとか一言を別れる。かくして、阿呆男の一日が終る。

反省、体調をバストコンデションに持つて行く事である。すくなくとも走る一週向前より、食べもの、飲みものにつて者ミ事である。アルコール、糖分、塩分等につてである。タバコ、大いに考へたい。

御願 (投信) 達

機関紙は、私達仲間「連絡」意志の疎通、「近況」等々、自分の文章の勉強にもなるもの。私達の私事に、よる私達の機関紙です。レキがだれえ、今頃こんな言葉、ゾクゾクする。そこで、機関紙の原稿、何で結構です。おしと、御守せ下さい。次回には是非「ランニングと食事」「私の健康管理」「私のスタミナ食」等につての記事、御願します。「ニンニクの丸カビ」「ヘビの丸焼」は、駄目です。

御知らせ

季節外れの台風10号は、三重、和歌山、奈良等に大被害をもたらしましたが、泉南には、大した被害もなく、ほとと安心です。さて、皆様には「健康に勝るものはなし」との信念にて、トレーニングに励んでおられる事と存じます。ところで、暑さにも、熱い、おまじ、ギンギンに入りました。まず、一番に神鍋高原の大会に私達走ろう会より、友人の参加者があります。外に別に二人の参加者があります。大会は、日頃の成果を試すときでもあります。次の目的の方が大です。社交場、レクリエーションでもあります。よそ、参加者、友人が、連れもつて行つては、ありせんか。

参加方法

- 一日時 八月五日 正午十時五十分 新栄駅 集合 一時三十分 発車
- 大阪急行「だいたい」号 十四時五十分発 ↓ 江原着十八時三十分
- 二、送付申し込み 江原よりタクシーにて神鍋 体育館まで
- 三、宿舎 現在、事前は不明ですが、午後七時三十分頃、到着予定。夕食(大宴会)
- 四、日程 八月五日 午前五時起床。朝食。ランニングスタート。温泉へ

- (イ) スタート 午前八時
- (ロ) 閉会式 午前十一時
- (ハ) 昼食 既宿にて(ビールで乾杯)
- (ニ) 帰り 江原より乗車又は、成崎温泉にて汗を流す。

公衆浴場入浴料二〇〇円程度
 (その場合旅費・急行料金等
 一、二〇〇円程度)

五. 経費

旅費 八、五〇〇円(砂川より往復)

宿泊費 二、〇〇〇円(追加宿泊料)

雑費 二、〇〇〇円(夕食・昼食・飲料等)

計 一三、五〇〇円

六. 備考

ランニングという趣味は、案外高くつきます。そんながためには、できるだけ實業に行きたく存じます。

定例ランニングに於て、変更の御知らせ。

八月の第三週目の日曜日はお金に当り、何かと御都合がきいかと存じますので、今回に限り、八月八日(日)を定例ランニングの日と致します。御了解を願います。

八月八日(日)午前九〇〇時 新家公民館にて定例ランニング実施 〇〇。