

NO197

泉南走ろう会

連絡先
泉南スポーツ社
0724(83)4653

一、お知らせ
例会日
五月十一日

種河神社 九時集合
コースは 土丸 往復(側道)

五月二十五日
種河神社 九時集合
コースは未定

二、淡路島サイクルについて

四月五日、明石大橋の南通により淡路島
四国が一段と近くなり、これからは観光面
でも、期待されていきます。又泉南地区に
往む、我々にとって、深日港だったものが
泉佐野市りんくうからに変更となつた
こと、そこで五月四日か五日の、すずわかに
淡路島を自転車、一日の小旅行を計画
しています。集合時間については、後日連
絡いたします。参加希望者は、因田まで
連絡をお願いします。

三、サロマーのキロワルトラマソンについて

二月の機内紙にサロマルトラマソンに
由一入みの記事掲載しましたが、その結果
申し込みを行なうに全員が当選！
今は、レースの楽しみと、前後の旅行に
て各人で色々とお計画をねています。

五月からは、富士五湖マラソン二七
キロの参加者、また長し一日の苦闘とあり
驚く結果について載せたいと思っております
お楽しみに。

第6回高野山クロスカントリー H10.04.12

総合 順位	クラス 順位	NO.	TIME	NAME	AG E	CLUB
1	2	17	1'39'26"	野村 智久	21	クラブ ウエスト
2	1	1	1'42'42"	飯田 和	29	アトミッククラブ
3	3	51	1'46'56"	定西 本	34	泉南走ろう会
4	4	29	1'51'21"	坂本 善	38	泉南走ろう会
5	5	55	1'52'37"	松井 清	41	泉南走ろう会
6	7	2	1'55'57"	井野 善	35	クラブ ウエスト
7	6	7	1'58'15"	渡辺 宜	43	チーム スピートスター
8	8	42	2'01'24"	瀬藤 剛	28	軍校 希望館
9	9	3	2'03'52"	斎藤 正	26	救世 希望館
10	10	6	2'05'25"	藤原 正	47	救世 希望館
11	11	66	2'06'02"	岡田 正	46	尾尾 希望館
12	12	37	2'06'30"	山田 正	48	泉南走ろう会
13	13	30	2'08'07"	道山 正	48	泉南走ろう会
14	14	25	2'09'22"	吉井 正	35	泉南走ろう会
15	15	60	2'09'43"	藤原 正	42	泉南走ろう会
16	16	9	2'11'12"	原村 正	43	チーム 蝶ぎりす
17	17	14	2'12'51"	和山 正	50	泉南走ろう会
18	18	45	2'13'23"	山田 正	35	泉南走ろう会
19	19	61	2'14'17"	曾根 正	54	大南走ろう会
20	20	13	2'15'24"	田池 正	42	大南走ろう会
21	21	7	2'15'29"	田池 正	48	大南走ろう会
22	22	22	2'16'06"	三宮 正	48	大南走ろう会
23	23	34	2'20'30"	宮下 正	49	大南走ろう会
24	24	40	2'21'57"	津本 正	40	泉南走ろう会
25	25	62	2'22'07"	島井 正	50	泉南走ろう会
26	26	52	2'23'16"	津本 正	28	泉南走ろう会
27	27	23	2'23'41"	鹿中 正	23	泉南走ろう会
28	28	5	2'24'52"	鹿中 正	46	泉南走ろう会
29	29	12	2'25'21"	西小 正	57	泉南走ろう会
30	30	49	2'26'25"	林西 正	47	泉南走ろう会
31	31	8	2'27'18"	小村 正	54	泉南走ろう会
32	32	21	2'27'27"	中田 正	45	泉南走ろう会
33	33	19	2'29'31"	田村 正	46	泉南走ろう会
34	34	46	2'30'55"	黒田 正	49	泉南走ろう会
35	35	4	2'30'55"	田村 正	46	泉南走ろう会
36	36	59	2'30'58"	林永 正	55	泉南走ろう会
37	37	64	2'31'27"	田田 正	45	泉南走ろう会
38	38	63	2'32'27"	木井 正	31	泉南走ろう会
39	39	39	2'33'16"	井田 正	26	泉南走ろう会
40	40	18	2'33'24"	井田 正	36	泉南走ろう会
41	41	26	2'33'25"	岡本 正	57	泉南走ろう会
42	42	44	2'34'38"	本野 正	48	泉南走ろう会
43	43	32	2'37'55"	本野 正	35	泉南走ろう会
44	44	11	2'38'18"	本野 正	46	泉南走ろう会
45	45	56	2'41'10"	野本 正	54	泉南走ろう会
46	46	15	2'41'19"	北西 正	57	泉南走ろう会
47	47	41	2'42'25"	西谷 正	48	泉南走ろう会
48	48	35	2'43'21"	中北 正	40	泉南走ろう会
49	49	36	2'43'24"	中北 正	39	泉南走ろう会
50	50	10	2'45'06"	中北 正	47	泉南走ろう会



四月五日の南通を記念して行なわれ
世間ではベテランロードレースに
真ですが、さすがに世界一の橋、その大ささ、並で
はありませんでした。会長が空されたものです。



種河神社でのお花見大会。この日は天気も良く、桜の花も満開で最高でした。



去る四月十日、石川さんが、任意で足場をバランスを崩して、落下し、右足首を骨折された。泉佐野記念病院に入院されて、手術も無事済み。今は家にて、療養中です。



ふとりすぎとやせ あなたはどちら？

「日本人の肥満とやせの判定表(厚生省)」より

年代	20歳代				30歳代				40歳代				50歳代				60歳代				
	やせ	普通	太り	太り過ぎ	やせ	普通	太り	太り過ぎ	やせ	普通	太り	太り過ぎ	やせ	普通	太り	太り過ぎ	やせ	普通	太り	太り過ぎ	
男性	154	47.9	51.8	56.1	60.2	50.8	55.1	59.8	64.4	50.6	54.9	59.5	64.0	49.1	53.4	58.1	62.7	47.1	51.6	56.6	61.5
	156	49.0	53.1	57.4	61.7	51.8	56.2	61.0	65.7	51.9	56.3	61.0	65.6	50.4	54.8	59.7	64.4	48.4	53.1	58.2	63.2
	158	50.2	54.3	58.8	63.1	52.9	57.4	62.2	67.0	53.2	57.6	62.5	67.2	51.8	56.3	61.3	66.1	49.7	54.5	59.8	65.0
	160	51.4	55.6	60.2	64.6	53.9	58.5	63.5	68.3	54.5	59.1	64.0	68.9	53.2	57.8	62.9	67.9	51.1	56.1	61.5	66.8
	162	52.6	56.9	61.6	66.2	55.0	59.7	64.8	69.7	55.8	60.5	65.6	70.6	54.6	59.4	64.6	69.8	52.6	57.6	63.2	68.6
	164	53.9	58.3	63.7	67.8	56.1	60.9	66.1	71.1	57.2	62.0	67.2	72.3	56.1	61.0	66.4	71.6	54.0	59.2	64.9	70.6
	166	55.1	59.7	64.6	69.4	57.2	62.1	67.4	72.5	58.6	63.5	68.9	74.1	57.6	62.7	68.2	73.6	55.5	60.9	66.8	72.5
	168	56.5	61.1	65.1	71.0	58.4	63.3	68.7	74.0	60.0	65.1	70.6	75.9	59.1	64.3	70.0	75.6	57.1	62.6	68.6	74.5
	170	57.8	62.6	67.7	72.7	59.5	64.6	70.1	75.4	61.5	66.7	72.3	77.8	60.7	66.1	71.9	77.6	58.7	64.3	70.5	76.6
	172	59.2	64.0	69.3	74.4	60.7	65.9	71.5	76.9	63.0	68.3	74.1	79.7	62.4	67.9	73.9	79.7	60.3	66.1	72.5	78.8
174	60.6	65.6	71.0	76.2	61.9	67.2	72.9	78.5	64.6	70.0	75.9	81.7	64.0	69.7	75.9	81.9	62.0	68.0	74.5	81.0	
176	62.0	67.1	72.7	78.0	63.2	68.5	74.4	80.0	66.2	71.8	77.8	83.7	65.8	71.6	77.9	84.1	63.7	69.9	76.6	83.2	
178	63.5	68.7	74.4	79.9	64.4	69.9	75.9	81.6	67.8	73.5	79.7	85.7	67.6	73.5	80.0	86.3	65.5	71.8	78.7	85.5	
180	65.0	70.4	76.2	81.8	65.7	71.3	77.4	83.3	69.5	75.3	81.7	87.9	69.4	75.5	82.2	88.7	67.3	73.8	80.9	87.9	
女性	144	40.9	44.6	48.5	52.4	42.6	46.5	50.8	54.9	44.3	48.2	52.6	56.8	44.2	48.4	53.1	57.7	42.3	47.0	52.3	57.5
	146	41.8	45.6	49.6	53.5	43.5	47.5	51.8	56.1	45.3	49.3	53.7	58.0	45.2	49.6	54.4	59.1	43.5	48.3	53.8	59.1
	148	42.8	46.6	50.7	54.7	44.4	48.5	52.9	57.2	46.3	50.4	54.9	59.3	46.3	50.8	55.7	60.5	44.7	49.7	55.3	60.8
	150	43.7	47.6	51.8	55.9	45.4	49.5	54.0	58.4	47.3	51.5	56.2	60.7	47.4	52.0	57.0	62.0	46.0	51.2	56.9	62.6
	152	44.7	48.7	53.0	57.2	46.3	50.6	55.2	59.7	48.4	52.7	57.4	62.0	48.6	53.2	58.4	63.4	47.3	52.6	58.5	64.4
	154	45.7	49.7	54.2	58.5	47.3	51.6	56.3	60.9	49.4	53.9	58.7	63.4	49.7	54.5	59.8	65.0	48.7	54.1	60.2	66.2
	156	46.7	50.9	55.4	59.8	48.3	52.7	57.5	62.2	50.6	55.1	60.0	64.8	50.9	55.8	61.2	66.5	50.1	55.7	61.9	68.1
	158	47.8	52.0	56.6	61.1	49.3	53.8	58.7	63.5	51.7	56.3	61.3	66.3	52.1	57.2	62.7	68.1	51.5	57.3	63.7	70.1
	160	48.8	53.1	57.9	62.5	50.4	55.0	60.0	64.9	52.8	57.6	62.7	67.7	53.4	58.5	64.2	69.7	53.0	58.9	65.5	72.1
	162	49.9	54.3	59.2	63.9	51.5	56.1	61.3	66.3	54.0	58.9	64.1	69.3	54.7	59.9	65.7	71.4	54.5	60.6	67.4	74.1
164	51.0	55.5	60.5	65.3	52.5	57.3	62.5	67.7	55.2	60.2	65.5	70.8	56.0	61.4	67.3	73.1	56.1	62.3	69.3	76.3	
166	52.2	56.8	61.8	66.7	53.6	58.5	63.9	69.1	56.5	61.5	67.0	72.4	57.3	62.8	68.9	74.9	57.7	64.1	71.3	78.4	
168	53.3	58.0	63.2	68.2	54.8	59.8	65.2	70.5	57.7	62.9	68.5	74.0	58.7	64.3	70.5	76.6	59.3	66.0	73.3	80.7	
170	54.5	59.3	64.6	69.7	55.9	61.0	66.6	72.0	59.0	64.3	70.0	75.7	60.1	65.9	72.2	78.5	61.0	67.9	75.4	83.0	