

NO216

泉南走ろう会

連絡先
泉南スポーツ社
0724(83)4653

一、初詣(三社参り)

泉南走ろう会恒例となりました初詣の三社参りを来年も行います。新年を迎え、一年間を健康で怪我なく楽しく走れる事を願い、走り初めしたいと思います。都合のつく方は是非参加して下さい。

日時 一月一日 午前六時
集合場所 新家公民館
コース 種河神社 — 上之郷意賀美神社 — 日根野日根神社

二、例会

一月九日 九時集合
場所 種河神社
コース 未定

一月二十三日 九時集合
場所 種河神社
コース 未定

三、総会報告

九九年の総会(忘年会)が十二月十九日に行われ、十七名の方が参加されました。役員、会費について以下の様に決定しました。会員の皆さんの御協力よろしく御願います。

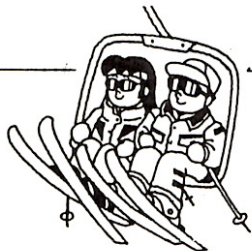
会長 粟野原泰正
副会長 細井文裕
会計 堀池一夫
事務局 岡田盛助

会費 二〇〇円/月(二四〇〇円/年)

尚、会計報告は、機関紙に記載しての通りです。

四、参加予定の大会情報

一月三十日
十津川温泉「昴の郷」マラソン ハーフ
西夫妻、堀池、宮下、森脇、岡田



『泉南走ろう会』平成11年度収支報告書

月	日	摘要	収入	支出	残高
		前年度繰り越し			17,437
		年会費(8名)	24,000		41,437
2	14	1月分 切手, コピー代		2,160	39,277
	21	『魚政』残金	700		39,977
		年会費(石井氏)	2,500		42,477
		(森脇, 吉野谷, 清水, 細井氏)	12,000		54,477
2	28	年会費(森野氏)	2,500		56,977
		2月分 切手, コピー代		2,400	54,577
		写真代(泉州マラソン)		5,000	49,577
		タクシー代		2,820	46,757
4	4	3月分 切手, コピー代		2,630	44,127
		『花見』残金	271		44,398
5	9	4月分 切手, コピー代		2,320	42,078
6	13	5月分 切手, コピー代		2,900	39,178
7	11	会費(井上氏)	10,000		49,178
		6月分 切手, コピー代		2,300	46,878
8	8	7月分 切手, コピー代		2,300	44,578
9	12	8月分 切手, コピー代		2,300	42,278
		『神鍋屋』粗品		2,000	40,278
11	14	10, 11月切手, 封筒代		4,510	35,768

二月六日

紀州口熊野マラソン
フル、ハーフ、五キロ、二キロ、一キロと種目も多く家族向きの大会で、細井さんがお子さんと参加されます。他に石井さんも予定だそうです。

二月二十日

泉州国際マラソン フル
今年、抽選に洩れたのは、粟野原会長のようなです。他の方は当選されましたでしょうか。大会まで残り少なくなりました、頑張りすぎて怪我などしないようにして下さい。

三月十二日

紀の国美山マラソン フル
申し込みは一月三十一日迄ですので参加される方は忘れない様にして下さい。
コースとしては、アップ、ダウンが多く結構ハードです。



あきらめるにはまだ早い!

岡田

私も走り始めて十年が過ぎ最近走ることに対してマンネリ化し、タイムも伸びるところが悪くなる一方です。そこで「歳には勝てない」とか「歳だからしょうがない」と言う言葉がでてしまいます。ところが世の中には歳を感じさせず頑張っている人もいます。そんな人の記事が新聞に載っていましたので紹介します。皆さんもあきらめず、一度奮起してみてくださいいかが?

尚、夜久弘氏の記事が先月のランナーズに掲載されていました。

四三・一九五五を走るマラソンで三時間を切って走るランナーをサブスリーと呼ぶ。
「全国フルマラソンランキング」(ランニング文化研究所)は国内で開催されるほとんどのマラソン大会から、個人のベストタイムをピックアップし、ランキングしたものだが、その九八年版によれば、男性ランナー総数七万八千二百五十七人中、三時間を切っているのは三千九百七十二人にすぎない。わずか五%だ。このなかには現役の実業団選手もあふまれているわけだから、いわゆる市民ランナーにとってサブスリーがいかにハードルの高いものかは想像いただけると思う。
このサブスリーに年齢五十二

50代でサブスリー達成

歳と十一月で挑戦した男がいる。ほかでもない、この私である。三十七歳で走り始め、すでに十五年の走歴があった。過去のベストタイムは四十七歳で記録した。時間6分21秒だった。それから歳月がすぎ、走力は年齢と歩調を合わせるうちに低下の一途であった。常軌で考えれば、四十代でかなわなかったサブスリーが、五十代でできるはずがなかった。しかし、常識に逆らいたい思いが、私の胸のうちにどろりともなくくわえ上がっていたのだ。

それは「感動をエネルギーに換えられないか」ということだった。レースの半年前、私は方々から生還して世界で最も過酷といわれる「スバルタスロン」を完走した六十歳のランナーを取材していた。彼の不屈の闘志から得た感動を、今度は自分自身の闘魂に換えてレースに臨もうとしたのだ。
マラソンにはスピードと持久力が要求される。そのうち精神力の影響を受けやすい持久力に作戦は有効であると信じて私は粘りに粘った。そして、それができた。ゴールを駆け抜けるとき私のストップウォッチは三時間におと三秒のところで止まっていた。

フリーライター

夜久 弘
力が要求される。そのうち精神力の影響を受けやすい持久力に作戦は有効であると信じて私は粘りに粘った。そして、それができた。ゴールを駆け抜けるとき私のストップウォッチは三時間におと三秒のところで止まっていた。

やま・ひびき 一九四五年生まれ。著書で「フルトラマロンへの道」「心癒しきョカーたち」「COMICはくじは義春」など。



Tulip

種子の形は様々な色【チューリップ】
ユリ科の球根え球根
開花期/3月下旬~5月上旬
とっとり花回廊の「春」を彩る代表的な花。チューリップの本場「オランダ」キューケンホフ公園との交流が、とっとり花回廊の味わいを深めていく。

御願

泉南走ろう会会員の名簿を送付させて頂きますので住所、電話番号等に変更のある方は御連絡下さい。尚、携帯電話をお持ちの方で記載を希望される方も御連絡下さい。新年号の機関紙発行時に新しい名簿を同封させて頂きますので宜しく御願致します。