

NO247

泉南走ろう会

更路先
泉南スポーツ社
0724 (83) x653

1. 例会

・九月八日(日)
場所 種河神社
時間 九時集合
・九月二十二日(日)
場所 種河神社
時間 九時集合

2. 大会案内

●和歌山城・高野山往復ウルトラマラソン

今年、四万十川ウルトラマラソンが団体のため開催されません。従って時期的にも同じ頃となるこの大会に参加される方も増えるかもしれません。参加を考えておられる方は、早めに申し込まれた方が良いでしょう。

尚、申込用紙は、徳山さんが取り寄せられ岡田がコピーしてありますので御絡下さい。

開催日 十月二十日

参加費 一、〇〇〇円

締め切り 九月二十日

スタート時間は、自分の実力に合わせて午前0時から一時間毎にスタート出来ます。但しゴール時間は十八時です。

●二色の浜八時間耐久リレーマラソン

開催日は、十月二十七日で高野山の次の週になります。参加された方は、少しきついと思われるが、今年も泉南走ろう会として参加を考えています。参加者は多い方がゆつくりと楽しく走れますので都合のつく方は是非参加をお願いします。参加費、昼食費、飲み物代等は会費で負担いたします。参加される方は、事務局岡田御迄連絡願います。

競技開始のスタートは、八時三十分ですが、遅れての参加もかまいませんので是非参加して下さい。

3. 大台ヶ原へのツーリング

今年も暑い夏となりましたが、お盆休みの八月十七日に時々トライアスロン大会一緒に参加している阪南市の清水さんから誘われて大台ヶ原(標高一六〇〇)に、バイクでツーリング行って来ました。誘われたはあまり積極的に参加しようと言った気持ちが湧きませんでした。理由としては、登山コースでありあまり得意でないし、メンバーはつきりしないからでしたが、九月に参加予定している佐渡トライアスロンの練習をしなればと思いきやあまり気の進まない中で参加でした。そして考えていた以上にハードなコースに途中で来なければよかったと後悔ばかりしながら何とか無事に二二〇キロを走る事ができ佐渡に向けて少 しばし気分も楽になっています。

因みに今回は、車で吉野の大淀町迄行き、そこから吉野川沿いに大台ヶ原まで走るといふ片道六〇キロ(半分以上が登り)のコースでした。しかし頂上は涼しくて下界とは比べものにならない程です。又車で来られている人が多く駐車するところもないほどでした。次は、秋にでも車で行ってみようかなと考えています。

自己紹介

1964年生まれ。中学の頃ハワイのアイアンマンでジュリーモスが這ってゴールするシーンに感激、貧乏旅行でやっていた自転車と結びついてトライアスロンの世界へ。当時はトライアスロンはメジャーではなく、学生時代は陸上同好会に籍を置く。初フルは84年河口湖。ご多聞に漏れず、後半歩いて4時間9分。その後は3時間20分から40分で走る。このころからサブスリーは疑ったことがない楽道家。卒業後89年の飛鳥で3:13までタイムを伸ばすがその後はトライアスロンに専念。95年に5年ぶりに走ったフルで3:25で走れたため走ることに専念することに。98年の美山マラソンにおいて、15回目のマラソンにして初めてサブスリー達成。以来サブスリーは19回(2002年3月現在)

今までで一番うれしかったのは、マラソンソーター(シューズ)を買った時。大学時代に同好会の先輩がこのシューズを履いてさっそうと走っていて、「力がないと履けない靴だよ」と教えられてから、15年かけて履けるようになりました。店員さんには「フルで履くにはまだ力が不足気味です」といわれながらも買った晩は枕元に置いて寝ました。現在はフルまでの距離では全てこれを履いています。

生年月日	1964年6月17日
身長	171cm
体重	57kg

ベスト記録

5k	17:06	98年・00年泉南市ミニマラソン
10k	36:14	01年くまとりロードレース
20k	1:14:12	02年桃源郷マラソン
ハーフ	1:17:14	01年吉野川ハーフ
フル	2:42:51	01年紀の国美山マラソン
50k	3:40:51	00年赤穂ウルトラマラソン
70k	5:23:05	02年ユリカモメ
80k	8:31:54	97年富士五湖
100k	8:16:06	02年サロマ湖
110k	10:21:06	99年高野山ウルトラ
140k	18:43:18	98年萩往還マラニック



●この記事は、石井さんのホームページに記載されていたものですが、努力により驚く様な進歩が伺えると思います。また誰もが何かのきっかけで何かをやるうとした時の様子、気持等、御参考になればと考えます。

2002年月別走り込み

km

名前・月	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
石井 繁貴	102	272	252	267	289	399	197					
	102	374	626	893	1182	1581	2483					
今仁 正義	200	197	212	197	202	153	170					
	200	397	609	806	1008	1161	1331					
岡元 邦博	150	230	64	190	42	16	0					
	150	380	444	634	676	692	692					
岡田 盛助	122	187	285	180	262	184	175					
	122	309	594	774	1036	1220	1220					
芝本 鈴代	413	301	252	260	371	311	388					
	413	714	966	1226	1597	1908	2296					
出口 牧	250	365	440	430	440	270	250					
	250	615	1,055	1485	1925	2195	2445					
徳山 早苗	327	304	435	347	455	405	350					
	327	631	1,066	1413	1868	2273	2623					
西野 盛隆	249	134	34	99	234	290	288					
	249	383	417	516	750	1040	1328					
堀池 一夫	120	121	154	126	131	135	128					
	120	241	395	521	652	787	915					
宮下 哲	127	91	89	151	126	90	103					
	127	218	307	458	584	674	777					
西 和秀		140	175	130	110	75	75					
		140	315	445	555	630	705					
粟野原会長				200	50	100	100					
				200	250	350	450					

特記・・・石井さんの7月度走行距離は7/28までのものです。

- ・今月は岡元さんが足を怪我されたとかで練習出来なかったそうです。無理をしないで怪我を治してから頑張ってください
- ・夏場の暑い時期にも係わらず女性の方の走行距離は凄い一言です。芝本さん、徳山さん無理しないで下さいね。尚、男子では、西野さんが頑張って走っておられます。その証拠に日焼けの凄さと、入会した時では身体付きもずいぶん変わりました。これから段々早くなって行く事でしょうね。