

NO296

泉南走ろう会

泉南スポーツ社
0724(83)×6653

1. 例会日

・十月八日
集合時間 九時
場所 種河神社

・十月二十二日
集合時間 九時
場所 種河神社

注・十月より例会の集合時間に変更になっています。

2. 大会案内

●吉野川ハーフマラソン 十一月五日
泉南走ろう会からのこの大会への参加者も年々少なくなって少し寂しい気がしていますが、今年は、何方が参加されるのかわかりません。ただ女性陣は大阪国際女子マラソンへの出場資格を取ることを目標に、この大会に積極的に参加される様です。
コース的にはフラットで走り易いのですが、私に関しては、あまり好タイムを出した事が有りません。やはり実力の差なのでしょう。因みに私は、出場を予定しています。

●福知山マラソン 十一月二十三日

昨年この大会で散々な結果となりとうとうフルマラソンで四時間を超えてしまいました。今年はその屈辱をはらすべくチョット頑張つて練習をしていますので、初マラソンで出した三時間五十四分は切りたいと思つています。しかし、今の実力では、チョット難しいかも知れません。この大会も現時点で何方が申し込まれているのかわかりません。大会が、近くなれば又連絡を取り合い一緒に行きましよう。

●龍神温泉ハーフマラソン 十二月三日

先日申込書が届きましたが、この大会の良いところは、走り終わつてからの温泉と結構上等な弁当が付いている所です。少し問題なのが十二月初めでは有りますが、和歌山の山の中年によつては雪の中の大会となる事です。去年は降り積もる雪の中のレースとなり寒かつたこと、初参加された芝本さんも上位入賞にも係わらず今年止められる様です。もう一つコースとして結構坂が激しいこと。登りが有れば必ず下ることには、なるのですが、やはり人間辛い事の方が頭に残るようです。

3. 近況報告

福岡に単身赴任中の今仁さんが、九月二十四日の例会に来られました。博多市内でランニング中につまずいて転んでしまい肋骨にヒビが入ってしまったとのこと。当日は一緒に走れませんでした。しかし十月十五日和歌山城高野山マラソンと同じ日に行われる四万十ウルトラマラソンに今年も参加されるとのことです。本当にタフな人だと思えます。でもあまり無理をしないで下さいね。

4.

新会員紹介
今仁さんのネットで泉南走ろう会を知り九月より入会される事になりました。太田 貴庸さん(二十九才)です。レース歴は、まだあまりないとのことですが、ウルトラマラソンは、何度か走られているとのこと、又フルマラソンも3時間30分前後で走られるようです。未だ若いのでこれからのタイムが楽しみです。
お仕事は枚方まで通つておられるとのことです。

住所 田尻町りんくう北
〒598・0093
TEL 090・1111・1111



2006年月別走り込み

名前・月	1	2	3	4	5	6	7	8
石井 繁貴	189							
今仁 正義	192	142	117	170	353	282		
岡田 盛助	235	243	258	308	193	322	214	220
芝本 鈴代	387	409	473	460	535	500	468	486
出口 牧	450							
和田 年弘	184	125	163	173	140	77	105	3
西野 盛隆	158	—	98	170	163			
堀池 一夫	125	167	70	100	141	110	171	101
宮下 哲	0	0	0	50	50	50		
西 和秀	80	122	88	108	138	80	80	120
栗野原会長	126	100	80	78	75	101		
森野 卓也	0	0	0	30	45	115	30	140
	0	0	0	30	75	190	220	360

私の苦笑い

愛知製鋼陸上部監督
(元マラソンランナー)
中山 竹通氏



なかやま・たけゆき 1959年長野県生まれ。88年ソウル、92年バルセロナ五輪で連続4位入賞。95年にダイエー退社、大産大などで指導後、04年愛知製鋼陸上部監督に就任。

異端の走者、意識改革を引く張る

【失敗談】 小気味いい走りや速射砲のように飛び出す挑戦的とも映る言葉の数々。五輪のメダルに手は届かなかったが、鮮烈なイメージを残して時代を駆け抜けた。「練習は無限」を信じ、指導者の助けなしにトップの道を切り開いた。そんな異端の選手が第二の人生で大産大高、大産大陸上部で9年間の学生と、今春、愛知製鋼陸上部監督に。果たして今時の選手団の古豪を復活させるか。(編集委員 芦田富雄)

人より遅れて入った実業団

マニュアルには縛られず

いまでこんなことが続くのだらう。来る日も来る日も掃除とお茶くみ。顧客がホームや待合室で戻した汚物をモップで丹念に洗い流す。暗だんだん思いにかけられる毎日だった。走ることはなにより好きだった。中学、高校時代は家の近くの野山を駆け回った。しかしインターハイとも国体とも無縁。実業団から声をかけられるはずもない。経済的余裕もなく大学進学は夢のまた夢。苦勞の末、就職したのは当時の国鉄の下請け会社。松本駅での雑務業だった。箱根駅伝など晴れ舞台で走る同じ年頃の連中がまぶしくてみられなかった。自分の練習は夜明けまで疲れて帰ってきた時だ。しかし自分もいつかは実業団で走ってみたい。九九ハーフマラソンは不可能な夢とあきら

めながらもひとすじの光を求め我慢、我慢の生活を続けた。どん底からはい上がるには自立しなければならない。3年後、長野県陸上競技連盟で何人抜きかを演じた。それが新聞にとりあげられ、富士通長野から声がかかった。ただのクラブチーム。練習は仕事が終わった夕方からだった。練習メニューは自分で決めた。二、三年後、陸上部に

は天国に思えた。さらに二年後、陸上部に華々しく参入したダイエーに入社。環境が一変した。練習メニューは無料支給で練習も昼から。こんな世界があつたのか。心の底から驚いた。これなら自分でもできる。かすかな自信が確信に変わった。同世代のランナーたちがスゴットライツを浴びて走っている間、自分にはいえない苦勞を重ねた。だがそれがあつたからそう。監督から練習メニュー

をもらっても自分で工夫する術(ずべ)を知らない。辛い自分にはマニュアルがなかった。ソウル五輪代表を決める一九八七年の福岡国際マラソン。五キロまで五分三十五秒で入り、二十キロまでは五キロを十四分台の猛スピードで駆け抜けた。そんなペースで走るといつか無謀としか思われない時代だった。しかも大事なレース、何を考えているのかとみられたはずだ。しかし計算はしていた。マニュアルを壊せば他の選手が動揺すると分かっていたから。予想通り、だれもついてこず結果は完勝だった。競技でなによりもたいじなのは相手の心理を読み、臨機応変に対処すること。多感な時代、流したたくさん涙は無駄ではなかったと思っている。(談)

人生が花開いた。しらすを眺めようという習性が身についたからだ。掃除用具を手に線路からホームを見上げてみると様々な人生がいま見える。駅に集まる人たちはまさに自分勝手な集団だ。こみをまき散らかし、けんかをし酔っ払って騒ぐ。何がいつ起こるか皆目わからない。マニュアルなど役立つたない世界だ。その都度、臨機応変に対応するしかなかった。実業団に入って感じたのは、エスカレーター式に育ってきた、エリート選手たちはマニュアルの中に小さく納まっていることだった。長い間、手取り足取り教わってきたから自分自身の頭で考えなくなるのだらう。監督から練習メニュー