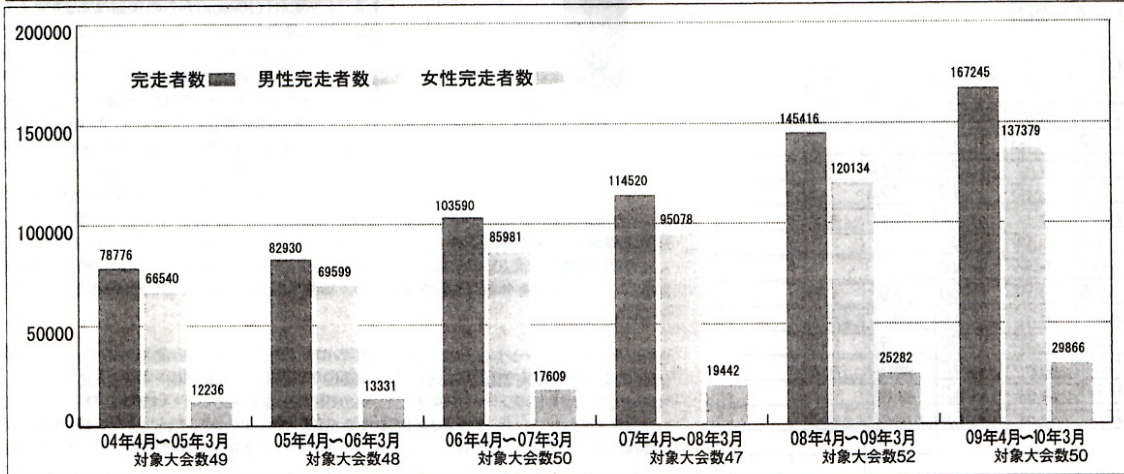
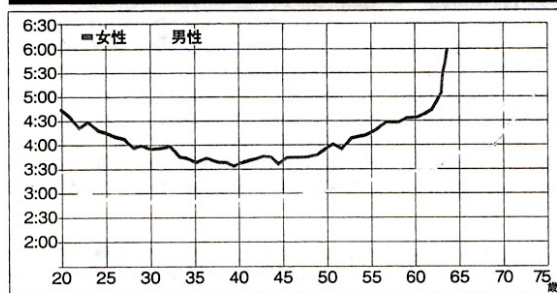


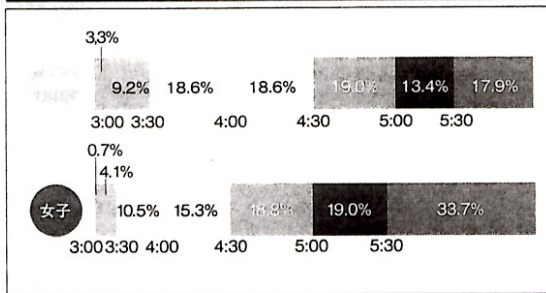
●過去6年間の人数の推移



●各年齢の100位のタイム



●完走タイム分布



1. 例会

- 七月十一日(日) 八時 集合
場所 種河神社
- 七月二十五日(日) 八時 集合
場所 種河神社

注・七月よりサマータイムで集合時間が一時間はやくになります。

2. 大会申し込みについて

最近新たな大会が近畿地区でも計画されている事を先月の機関誌でお知らせしましたが、この所マラソンがブームになってきているからでもある様です。その影響もあつて大会への申し込みも早いと2、3日で定員オーバーとなる大会もあり今後参加をされる方は早めに申し込みが必要になりそうです。これも東京マラソンが大きく影響しており要因の一つとして制限時間が長くなり誰もが完走しやすくなったからでは無いかと思えます。それを裏付ける様なデータが、ランナーズに記載されていました。

3. 大会予定

- 四万十川ウルトラマラソン 十月十七日
早くも今年の四万十川ウルトラマラソンの申し込み書が、送られてきました。今回私は、当日に玄海への出張が、予定されており残念ながら不参加となりました。しかし、私の会社で2年続けて参加している2人は、既に申し込みをおこなった様です。出席するには、まずは抽選に当たる必要があります。泉南走ろう会では多分今仁さんが、申し込まれると思いますが、他に何方か予定されている様でしたら一緒に参加を御願したいと思いますので宜しく御願いたします。
- 吉野川ハーフマラソン 十一月七日(日)
申し込み締め切り 九月二十八日迄
- 福知山マラソン 十一月二十三日(火)
申し込み締め切り 八月三十一日迄

4. トピックス

今フルマラソン完走を目指し再び練習に取り組んでおられる小川さんが、雑誌「ランスタイル」主催の大阪城で行われた講習会に参加され、その帰りに「snazzy」という、サイトに「おしゃれランナー」として取材を受け、7月上旬のサイトで講習会の内容や写真が、載るかもしれないとの事です。皆さん楽しみにして見て下さい。アドレス <http://snazzy.jp>

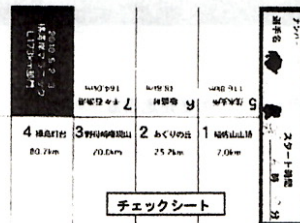
長崎橋湾岸スーパーマラニック273完走記

(2010年5月2日～3日)

今仁 正義

10年走行距離

氏名		1月	2月	3月	4月	5月	6月
芝本 鈴代	月	446	412	449	376	542	
	累計	446.0	858.0	1,307.0	1,683.0	2,225.0	
今仁 正義	月	72	183	114	212	232	
	累計	72.0	255.0	369.0	581.0	813.0	
堀池 一夫	月	136	145	10	123	59	
	累計	136.0	281.0	291.0	414.0	473.0	
栗野原泰正	月	60	80	100			
	累計	60.0	140.0	240.0			
岡田 盛助	月	378	220	180	263	370	
	累計	378.0	598.0	778.0	1,041.0	1,411.0	
西 和秀	月	110	90	90	90	130	
	累計	110.0	200.0	290.0	380.0	510.0	
石井 繁貴	月	377.0	226.0	348.0	228.0	52.0	
	累計	377.0	603.0	951.0	1,179.0	1,231.0	
	月						
	累計	0.0					



茂木(116.8km)からの夜道はあまり覚えていない。少し眠りながら走ったのかもしれない。急坂、急カーブの山河内橋を過ぎて左折の矢印を見て左折した時に、同じ時間に萩往還を走っている大阪のきのつびさんからメールが来た。時計は午前2時を回っている。豊田湖を通過したとのこと。昨年は前半飛ばし過ぎて仙崎(140km)でリタイヤしたが今年はかなり抑えて走っているようだ。メールに返信しながら歩いているときに、矢印を見失ったのか深夜の住宅街に迷い込んで

しまった気がした。先ほどの分岐点からはかなり進んでいる。道を尋ねる人は誰もいない。幅の広い歩道の縁石に座り、MAPをヘッドライトで照らした。さっきの分岐点まで戻るべきかそのまま進むかぼんやりした頭で考えた。幸い次のチェックポイントはいったん海岸に出てから登る飯盛峠(138.8km)である。コースから少々外れても海岸まで下りて海岸沿いに行けばなんとかなると思いつきそのまま進むことにした。

さきほど大きくUターンしたので左手が海岸のはずだが、なかなか左折の道がなく高い崖が続いた。前方に大きな道が交差して左折した。予想通り下り道になり海岸沿いに家が見えだした。コースは間違えてなく、前方にランナーが見えた。かなり蛇行しながら走っていて距離が詰まったところで公園にエイドがあった。マップを見ると網場日見公園(130km)である。これでようやく残りがフルマラソンの距離になったことになる。蛇行して走っていたKさんは全体で2番目を走っていたが、眠いのでこの公園でしばらく休憩するとのことだった。

公園を出て、長い橋を渡る頃には夜が明け始めた。目印の病院を過ぎて右折してからまた道に迷った。このマラニックではバス停が一つの基準になっている。商店街から結の浜という海岸に出なければならぬのだが、目印のバス停がない。そしてしばらく行くとバス停が見つかったが、肝心の標識が外れて、ただ緑の丸い輪っかがあるだけだった。地図の距離と実際の距離の対応が分からなくなっている。一晩しか走っていないのに、もう思考能力が鈍っている。海岸沿いに走っていると左前方の山の上に公園みたいなものが見え、山の途中にガードレールが見えて少しいやな気がした。この大会では道路の主要分岐点には短い矢印で白線が引かれているが、その山に向かう道の方向にこれまでは無い、長いものでも引いたのは昨日ではなくもっと古そうだったので、また?となった。そして出した結論はこの大会の3週間ほど前に行われた273kmの時の白線だろうということだった。悪い予感的中して山を登りつめたところが飯森峠エイド(138km)だった。ここはぼた餅とコーラをいただいた。

峠をくだり何回か角を回ったところで、今回の大会で見たかったじゃがいも畑の道に出た。海岸から段々畑のようにジャガイモ畑が連なっている中の農道を進む。雄大な景色である。気温はかなり上がってきた。相変わらず前後にランナーは見えない。トップの選手はもうゴールしているだろうと。サイロを過ぎて前方が急坂で道が途切れたその下の道に車が止まっていて、エイドのスタッフがこちらに向かって手を振っているのが見えた。このエイドは父親と男の子が二人でやっていた。杏仁豆腐とスイカが暑くなってきたところでありたい。ここから海岸まではひたすら下り坂である。この大会では巡回車が選手の体調をチェックして、夜通してコースを歩き回りしている。ここでも大丈夫ですかと声をかけられた。

海岸付近まで下ったところから今度は国道と海岸の間の道は長い登り坂で、ここはほとんど歩いた。もはや得意の100走100歩は通用しない。牧場や温泉センターを通り過ぎて流しそうめんのエイドの後、防風林を抜けて出た海岸の堤防道路が廃線跡だった。ここからはバス停の替わりに廃線の駅跡が距離の目印になる。それにしても海岸の石が大きい。ほとんどが一抱え以上である。雲仙から飛んできた火山岩だろうか? 和歌山の煙樹が浜というところはこぶし大の石ころの海岸があって、波が寄せるたびにガラガラと音がするのだがこの海岸も何万年もたてばそのように音を出し、やがて真っ白な砂浜になるのだろう。

U字型をした湾の先のほうに小さく見えるのが最後のチェックポイントの千々石集会所(163km)であるが、暑さと足の裏の痛みでここは全部歩いた。海水浴場のトイレで帽子とタオルを濡らすと涼しくて気持ち良い。集会所エイドに着き、チェックシートにパンチした後靴を脱ぎ、集会所に上がり、靴下を脱いで足を冷やした。ここは近所の方がエイドをやっているようで小さな女の子が手伝っている。たった今エイドが始まったようで、トップかとか聞かれたがもうトップの選手は何時間も前に通過したはずと伝えた。それで、このエイドに最初に到着したランナーになった。集会所の窓が全部開け放たれて涼しい風が通った。冷たいペイナップルがおいしい。やがて80kmの部の選手が到着したが集会所には上がらず、縁側で給水してあわただしく出発した。

集会所の後は引き続き廃線跡をたどるので残り10kmは平坦だと思っていたら、いきなり急坂を登った。そして小浜までは海岸の高い崖の上を走るようだった。いくつかの駅跡を通過する間に、80kmや55kmの選手何人かに抜かれた。リュックの胸のベルトをきつく締めすぎたか、呼吸が苦しくなったので残り5km地点まではリュックを片方の肩にかけ全部歩くことにした。小浜への国道に出ると残り約3kmである。歩道をゆっくり走り小浜の温泉街に入った。雲仙への3差路からは秋の大会で走ったところである。ゴールの前の道路にスタッフが立っているのが見えた。

2010年のステージ



完走証

No.30
L173km部門 **今仁 正義 殿**

記録 30時間 32分 00秒
総合 5位 S/9

5/2 Start 長崎市水辺の緑公園 天候 快晴
5/3 Goal 豊後市小浜温泉

長崎橋湾岸の難路によく耐え完走された
貴殿に敬意を表し、その敢闘精神を讃えます。

長崎橋湾岸スーパーマラニック273
大会事務局