

① 2月の行事予定について

1月は例年に比べても凍えるように冷え込む日もあり、年々気温差が大きく体調管理に気を配ることが多くなって来ているような気がします。マラソン大会の参加を控えている方もたくさんいますので、みなさん体調を崩さないよう十分に気を付けて下さい。先日、政府が5月8日から新型コロナを5類感染症に引き下げるとを公表しました。引き下げにあたって、マスクの着用については、屋内・屋外を問わず個人の判断に委ねることを基本とする方針となったようです。まだ3ヶ月先のはなしですが、暖くなる季節にマスクなしで過ごせるのはうれしい限りです。

さて、先月は大阪国際女子マラソンに私たちのクラブからも、ひとりのメンバーがスタートラインに立ってくれました。テレビ放送でもこの大会に参加できる選手のことを、あなたは、スーパー一般ランナーだ！と言ってましたが、本当にそのとおりですね。今までこのように一般ランナーに注目してメディアが取り上げてくれることはなかった気がしますので、とてもスポンサーのHOKAに感謝したいです。

今後も北九州マラソン、熊本マラソン、佐賀マラソンなど、私たちのクラブからもたくさんの仲間が参加されます。ひとりでも多くみなさんが、笑顔でゴールテープが切れるよう応援していますので、ぜひクラブのシャツを着て走り抜けて下さい。

今後の予定 ★ 3月12日 しろおマラソン大会 中止

② 例会コース計画

練習後にもストレッチや筋トレをやっていますので、みんなで楽しく続けていきましょう。

月末の大濠公園でのインターバルにも挑戦してみましょう。(200m+400m+1,000m) × 3本

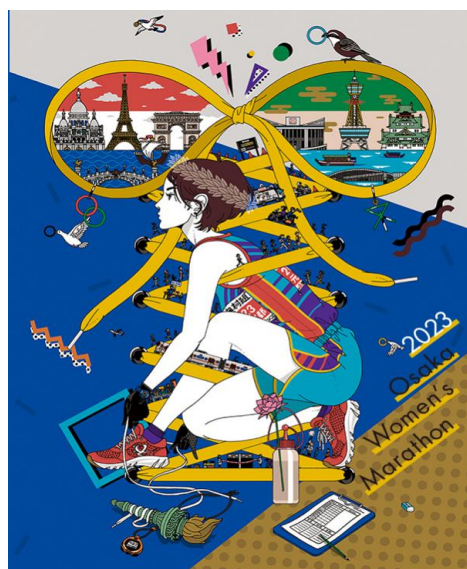
月 日	コース方面	距離	スタート	⇄	⇄	⇄	⇄	中間点	⇄	⇄	⇄	⇄	ゴール
2月 5日	西公園	約20km	一の堰	室見駅	百道浜	福浜団地	西公園	福浜団地	百道浜	愛宕浜	愛宕神社	室見橋	一の堰
2月12日	飯盛山	約15km	一の堰	河川敷	西部公園	飯盛神社	山鳥居	山中腹	山鳥居	飯盛神社	西部公園	河川敷	一の堰
2月19日	九大伊都 ハーフ入走	約24km	一の堰	小田部橋	福重JCT	今宿IC	徳永 はるやま	九大伊都 キャンパス	徳永 はるやま	今宿IC	福重JCT	小田部橋	一の堰
2月26日	大濠公園	約15km	一の堰	室見駅	藤崎	西新	唐人町	大濠公園 インターバル	唐人町	西新	藤崎	室見駅	一の堰
3月 5日	室見ヶ丘	約18km	一の堰	河川敷	伊田尻橋	ローソ 西入部	室見ヶ丘	西鉄ハ 金武	金武	飯盛	西部公園	西区側 河川敷	一の堰
3月12日	小戸經由 Payドーム	約16km	一の堰	姪浜	小戸公園	リッパ海側	愛宕浜	愛宕大橋	百道浜	ドーム海側 駐車場	百道浜	室見駅	一の堰
3月19日	野外セカ-	約16km	一の堰	小田部橋	福重JCT	拾六IC	今宿青木	野外セカ-	今宿青木	拾六IC	福重JCT	小田部橋	一の堰

③ 大会完走者情報


大会名	第71回別府大分毎日マラソン	完走者	順位	記録
開催日	2023年2月5日	江口 尚志	402位	2時45分44秒
場 所	大分県別府市	角熊 徹	678位	2時52分39秒
種 目	フルマラソン	田村 昌大	1363位	3時04分54秒
参加者	2,828人	石川 昌敬	30km	DNF
天候等	晴れ	加藤 佳英	35km	DNF
参加資格	3時間30分以内			



大会名	第42回大阪国際女子マラソン	出走者	距離	通過記録
開催日	2023年1月29日	井戸下 奈緒	10km	0時42分17秒
場 所	大阪府大阪市		20km	1時25分46秒
種 目	フルマラソン		Half	1時30分50秒
参加者	約340人		30km	2時12分16秒
天候等	晴れ 7.5℃ 48% W2.0m/s		35km	2時36分31秒
参加資格	3時間07分以内		-	DNF



あなたは、スーパ一般ランナーだ。



パリこそ、私。



奥村組 スポーツスペシャル
第42回 大阪国際女子マラソン

1.29SUN ひる12:00

illustration / Yusuke Nakamura



大会名	伊万里ハーフマラソン2023	完走者	順位	記録
開催日	2023年1月9日	江口 尚志	男子 1位	1時14分55秒
場 所	佐賀県伊万里市	角熊 徹	男子 2位	1時16分11秒
種 目	ハーフマラソン	吉富 健悟	男子43位	1時18分34秒
参加者	約2,000人	石川 昌敬	男子 7位	1時19分03秒
天候等	晴れ	田村 昌大	男子81位	1時24分29秒

伊万里ハーフマラソンコース案内図

給水・救護所／関門設置位置図

