

福岡ランニングセンター(FRC)ニュース NO.42

発行日 2019年6月21日

発行責任者 西村文男

事務局 新日本スポーツ・福岡県連盟北九州事務所 〒806-0013 北九州市八幡西区清納1丁目1-10

TEL・FAX 093-662-9278

E-mail krc-fn@jcom.home.ne.jp

〈第25回みずまき月例マラソン〉

コース・運営を変更して開催

6月16日(日)月例マラソン当日の天気は、前日17時の天気予報が曇りと発表されたので、月例マラソン開催を決めて、スタッフに連絡しました。事務局にも17時以降、参加者から



1^キ (9:00 スタート)

当日の朝、前夜の雨でサイクリング道に水溜りが出来て、5^キ10^キの競技が出来ない状況でした。

そこで、サイクリング道の水溜りの少ない2.5^キを使って競技を行いました。9時に1^キのスタートで500m先を折返してゴール、9時15分に3^キのスタートで1.5^キ先を折返してゴール、9時45分に5^キ・10^キのスタートで5^キは2.5^キを折返してゴール、10^キは2.5^キの折返しを2回して競技を行いました。

当日の参加者は45名、今回の新規登録者は9名、登録者総数は267名となりました。

今回も冷たい麦茶とプチトマトの差し入れを頂き、給水所に置いて参加者に振舞いました。



3^キ (9:15 スタート)



5^キ・10^キ (9:45 スタート)

会場を猪熊1^キトラックに変更

6月の役員会で、参加者の意見等も考慮して、月例マラソンの会場を古賀から猪熊1^キトラックに変更することを決定しました。

次回から猪熊1^キトラックで開催しますので間違わないようお願いします。

また、駐車場については駐車場の奥の車止めにスポーツ連盟の看板「駐車場」を立てるので、その奥に止めてください。月例マラソンの参加者が増えて、駐車場に車を止めると、市民の方が止められなくなる恐れが出てきました。ご協力をお願いします。

また、堤防の河川敷と反対側には猪熊公民館があり、更衣室・水洗トイレ等を使用できるようにお借りしています。どうぞ、ご利用下さい。

第11回にこにこペースの平和マラソンに参加を！

福岡大学名誉教授で「にこにこペースのランニング」を提唱していた田中宏暁さんが2018年4月23日に亡くなりました。享年70歳でした。

新日本スポーツ連盟が発行している「スポーツのひろば別冊」(2000年1月1日発行)に「にこにこペース」でサブスリーをめざそうの執筆をしていただきました。

その「にこにこペース」を取って生まれたのが、この「にこにこペースの平和マラソン」です。

当日は軽自動車のニュースカーを先導車にして、荷物はサポート車に入れて、2キロ毎に給水をしながら、スロージョギングで沿道の声援に答えながら走ります。要項と申込書は別紙です。

《役員だより》

月例マラソンの運営では、もっぱら自転車で先導をやっています。日頃使わない筋肉を使うせいか、膝が痛くなることもあります。昨年の夏、久しぶりに福岡県庁マラソンクラブの合宿に参加しましたがみんなの練習メニューに付いていけず、練習不足を痛感しました。今は山歩きとウォーキングを楽しむ元ランナーです。(記・淵上一宏)