福岡ランニングセンター(FRC)ニュース NO.96

発行日：2023 年１１月２４日　　発行責任者：西村文男（携帯 090-7455-1853）

事務局　新日本スポーツ・福岡県連盟北九州事務所　　TEL・FAX　０９３－６６２－９２７８
〒806-0013　北九州市八幡西区清納１丁目１－10　　E-mail　krc-fn@jcom.home.ne.jp
福岡ランニングセンター(FRC)　https://www.njsf.net/zenkoku/pref/fukuoka/running/

「第７５回のおがた・こたけ月例マラソン」

10 ㌔のスタート

ランニング日和となった！

11 月 19 日(日)の月例マラソンは前日まで寒かったものの、当日は風がやや強いくらいで絶好のランニング日和となりました。友達から紹介されてもらったり、人伝えに聞いたりして初めて参加された方が多くいて、参加者は 90 人になりました。

この日の新規登録者は 20 名、登録者総数は 953 名となりました。

次回は 12 月 17 日（日）９時受付け開始、10 ㌔の部 10 時スタートです。今年最後の月例マラソンです。参加者 100 名以上を集めて来年につなげていきたいと思っています。

1 ㌔スタート

3 ㌔スタート

遠賀川環境保全活動

今回は河川敷の草刈りがされたばかりのためか、ごみも少なく河川敷は綺麗でした。引続き河川敷の清掃活動を行っていきますので、参加者の皆さんのご協力をお願いします。

（回想）ランニング川柳（その２）

原　田　祥二朗

旅人となりどこまでも走りたい
後半は我慢のしどころ粘るとこ
抜かれても平気の平左マイペース
エネルギーラストスパートで出し尽くす
ランニング楽しみたいから飛ばさない
応援のコールに手を挙げ頭下げ
ランニング好きこそ苦しさ苦にならず
ランニング愉快爽快走らんかい
自分史の比重は多大ランニング
気持ちよく走ると人は風になる

大濠公園練習会

11 月 29 日(水)９時　ボートハウス前集合

※9 時前から練習する方も 10 時には終了。
10 時から約 1 時間お茶。
FRC 会員で福岡市内、及び近郊の方を対象にした練習会です。会員の走友を誘っても Ok です。
参加費無料。ただしスポーツ傷害保険料 100 円を当日徴収。
※前日 20 時 50 分の NHK 気象情報で降雨確率が 50%以上の場合は中止とします。

連絡先　　宮地　090-1199-7610
　　神田　090-9498-2485

【12 月の練習会は 20 日(水) 16 時練習開始で 17 時まで。そのあと忘年会を予定。】

「ランニングセンターニュース」に掲載した写真を希望の方はデータで送りますので下記までご連絡ください。
担当：神田　　mailto:njsf_fukuokaken40@lib.bbiq.jp