

いだ天

第316号
平成28年6月



アルストロメリア
別名: 百合水仙
(ゆりずいせん)
花言葉:
「華奢(きゃしゃ)」

< クラブスケジュール >

6月5日	練習会(7:45~)夏時間	サン町田旭体育館
6月11日	あじさいまつり&アサヒビール工場見学	開成町、有志参加
6月19日	練習会(7:45~)夏時間	市立陸上競技場(野津田)
6月25日	夏季合宿予定(6/25-26)	伊東園ホテル箱根湯本
7月3日	練習会(7:45~)夏時間	サン町田旭体育館
7月3日	東京走友連合同練習	舎人公園
7月3日	東京走友連合総会(16時~)	新宿区戸塚地域センター
7月17日	練習会(7:45~)夏時間	市立陸上競技場(野津田)
8月7日	練習会(7:45~)夏時間 会場変更	市立陸上競技場(野津田)
8月7日	練習会後バーベキュー(11時~13時)	竹ーガーデン
8月21日	練習会(7:45~)夏時間 会場変更	サン町田旭体育館

夏季合宿(伊東園ホテル)のお知らせ

場所: 伊東園ホテル箱根湯本(0460-85-7461)
日時: 6月25日(土)~26日(日) 人数: 25名予定
チェックIN: 3:00 チェックOUT: 12:00
小田急小田原行きホーム8時集合 8:06発急行乗車 8:53新松田着
ホテルは駅より徒歩20分です。
ホテルの送迎はなく100円でオレンジバスが運行しています。
以上、25名参加者を募集します。
参加費は一万円予定です。
交通費個別とします。
町田からの電車・バス等の交通費総額は約2500円です。
参加希望者はすでに募集しましたがまだ申込していない方も含めて5月、6月の練習会または、担当者に直接、申し出て参加費を早めに納入下さい。
担当 西谷、中村、渋谷、嵐田、薮下

アジサイまつり&アサヒビール工場見学のお知らせ

期日: 6月11日(土)
8時頃開成町親水公園に集合
(1)5kmほどジョギング
(2)アジサイ祭り見学
(3)アサヒビール工場見学(10時30分18名で予約)
10:05発アジサイ公園シャトルバス乗車予定
小田急線町田発7時06発の電車での出発
参加予定者
嵐田、飯岡、大塚(一)、小川、長内、岸、坂田(2名)
渋谷、中島、中村、西谷、橋本、広田、村野、薮下
あと2名参加可能です。
希望者は中村、薮下まで連絡

東京走友連合同練習会のお知らせ

実施日時: 平成28年7月3日(日) 午前9時30分集合 14時終了予定
場所: 都立舎人(とねり)公園
JR日暮里駅から舎人ライナーで(16分) 舎人公園駅下車
地下鉄千代田線 西日暮里駅から舎人ライナーで(14分)
参加費: 一人 500円 (お弁当、ビール等連合より補助有り)
申込期限: 平成28年6月25日(土) 各クラブまとめて申込
申込先: 東京走友連合事務局(TEL&FAX 03-3964-8774)
練習スケジュール: 9:30~10:00 新宅氏により準備運動
10:00~11:30 クラス別練習
12:00~13:30 懇親会
13:30~14:00 片づけ、終了

バーベキュー懇親会のお知らせ(8月7日)

開始時刻: 11時~(野津田の練習会終了後)
参加費: 2500円/1名 飲酒しない方:2000円/1名
日時: 平成25年8月7日(日) AM11:00~
ジョギングの後、バーベキュー
場所: 竹ーガーデン(042-793-1145)
練習会集合場所(市立陸上競技場から馬車道交差点付近まで移動、練習場所は戦車道路付近の予定)
申込は担当(長内、高倉、橋本)まで
希望者は出来るだけ早く参加申込して下さい。

第20回東日本年令別駅伝・第26回皇居レディース駅伝(9月11日)

- 参加者募集
- 大会名: 第20回東日本年令別駅伝・第26回皇居レディース駅伝
 - 場所: 皇居周回
 - 大会日: 平成25年9月11日(日)
 - 参加費: 8,000円(1人@2000円)
・年齢別駅伝(1区60歳以上、2区50代、3区45歳代、4区40歳代)
・レディース駅伝(15歳以上女子)
 - 締切日: 8月7日(第1日曜日練習会まで) 連合締切は8/22
 - 担当: 伏見・横山・薮下・橋本

【定期練習会】夏時間
毎月第一日曜日: 場所 サン町田旭体育館
毎月第三日曜日: 場所 市立陸上競技場(野津田)
★集合時間: AM7:45(夏時間)
注意: 4月から夏時間 AM7:45集合
☆給水は各自で準備すること。

町田いだ天クラブ年会費振込先について
会費振込先: ゆうちょATMで通帳引き落としとして
下記の通帳に直接振込下さい。
記号 10130 番号 73126171
「マチダイダテンクラブ」と表示されます。
上記の振込依頼以外は手数料が必要ですが、
ゆうちょ以外の他銀行等で振り込まれる方は銀行用の
下記口座番号をご利用下さい。
店名 店番 普通預金口座
〇ー八 〇18 7312617
(ゼロイチハチ)
なお、決算の都合で11月末までに年会費を納入
下さるようご協力お願い致します。
会計: 橋本俊彦

2015年度 全日本マラソンランキング100位以内

年齢	順位	氏名	記録	大会名
56	73	野中 渉	3:09:06	古河はなももマラソン
67	45	小川 睦夫	3:34:11	佐倉健康マラソン
68	44	薮下 正治	3:40:04	つくばマラソン
71	57	飯岡 宏三	4:07:24	しまだ大井川マラソン
74	71	横山 実	4:40:17	ぐんま県民マラソン
女性				
72	5	黒澤 和子	4:45:28	神戸マラソン

マイランニング・・・シリーズ ⑤0



しげや なおやす
渋谷 直泰さん
☆1945年12月14日生(70歳)
☆入会 1985年8月

私も、古希を迎えたそうです
人生70歳 古希、稀なり(国語辞典より)
70歳まで生きるのには、大変だった、そうですね。
* そんなはずない。元気な走り、90歳
* 四尾連湖TRで1時間も遅い、そんなはずない。
* 忘年駅伝5k 24分、そんなはずない。
* 大会で、負けて、むらむら、つくし立つ、もう立たない
* 新参者に、負けて、むらむら、負けるが勝ち そんなはずない、負けは、負け
* 志は、高く、くらしは、低く、五感を使い森の中、
今年も走るぞ 山の神様、今年もよろしく



今年の元旦三つ峠撮影
4月奥武蔵もろやま、トレイルランの大会から私のTR、シーズン幕開けです。5月飯能アルプス37k、6月武甲山27k、両神山20.7kと申し込みをしました。山走りは、やめてよ、怪我心配だから、安心して下さい、山の下りは、注意して走りますから、目が悪いので。足を上げて、重心を後ろに置き走ると、つまずいても、オトト、残れる。4月奥武蔵もろやまトレイルランの大会は、桜、なの花畑、新緑の山の中アップダウンが、小刻みにありきつても楽しい?おもいますよ 23.7kを4時間近く、がんばって走りました。このような所を、走れる喜びと、走る喜び、健康に感謝しています

次回7月号以降のマイランニング投稿お願いします。ニュース担当 薮下

距離	氏名	クラス 順位他	タイム
2016/3/13 第4回古河はなももマラソン			
フル	野中 渉	男子55～59歳 29/549位	3° 09' 19"
設定ペースで半分も走れず。復活の道は遠い。。。			
2016/4/24 第472回赤羽月例マラソン			
5km	村野 嘉孝	壮年男子 3位	43' 07"
2016/4/17 第18回長野マラソン			
フル	藪下 正治	総合男子3036位/6837男子60-69才156/613	4° 02' 35"
フル	橋本 俊彦	総合男子4580位/6837男子60-69才315/613	4° 30' 25"
フル	飯岡 宏三	総合男子5276位/6837男子70才以上36/63	4° 43' 31"
2016/4/29 第39回武相マラソン			
ハーフ	河合 潤一郎	男子39歳以下 190位/274	2° 08' 49"
ハーフ	河合 正行	男子40-59才 41位/712	1° 32' 54"
ハーフ	野中 渉	男子40-59才 73位/712	1° 36' 35"
ハーフ	嵐田 浩	男子40-59才 215位/712	1° 47' 26"
ハーフ	山下 哲也	男子40-59才 511位/712	2° 07' 21"
ハーフ	藪下 正治	男子60才以上 21位/202	1° 47' 54"
ハーフ	小川 睦夫	男子60才以上 42位/202	1° 53' 27"
8km	橋本 俊彦	男子60才以上 21位/100	41' 24"
8km	伏見 次郎	男子60才以上 22位/100	41' 25"
8km	飯岡 宏三	男子60才以上 32位/100	44' 23"
8km	松田 吉雄	男子60以上 58位/100	51' 28"
8km	松田 瑞江	女子40才以上 12位/64	43' 35"
2016/5/4 第28回春日部大風マラソン大会			
10km	村野 嘉孝	男子60歳以上 460位	1° 31' 16"
2016/5/7 第25回記念東京マスターズ混成五種競技大会兼記録会			
800m	藪下 正治	M65 1位	2' 58" 65
1500m	藪下 正治	M65 1位	6' 05" 54
1500m	松田 瑞江	W70 1位	6' 49" 03
2016/5/8 第383回多摩川月例ロードレース大会			
5km	村野 嘉孝	壮年男子 19位	43' 44"
2016/5/15 第423回よこはま月例マラソン			
5km	村野 嘉孝	531位	42' 16"
1km	大山 昇一郎	60才以上3位 総合25位/207	3' 43"
20km	大山 昇一郎	60才以上2位 総合32位/294	1° 29' 06"
鶴見川河川敷の1kmは気もちよく走れました。20kmは炎天下で日陰がなく2往復めが暑く辛かったです。会場で村野会長とご一緒できました。			
2016/5/15 飯能アルプス-奥武蔵ス-パートレイルラン			
37km	渋谷 直泰	60才以上 31位/40	9° 32' 00"
9時間30分も、山の中を、走らせてもらいました。疲れた。			

5月15日 飯能アルプス-奥武蔵ス-パートレイルラン
渋谷 直泰 記
37km 9:32'00 60歳代 31/40位
9時間30分も、山の中を、走らせてもらいました。疲れた。自己満足で、バンザイです
スタートは高麗駅～飯能アルプス～子の権現～正丸峠～虚空峠～大野峠～丸山で27km(最高峰950m)地点、後は急な下り坂で、武甲温泉が37kmGOAL
登り下りが、激しくて、足はツル、疲れて眼はかすむ、頭ぼける。コケないよう、足元に気を付け。
#足を上げて、腕を振って、ワンツウ、ワンツウ 休まないで歩け。それワン、ツウ 熊本地震たいへんです。
頑張れて?言えないよね
俺、頑張ったよ。山走りは危ないから止めて頂戴、年を考えてよ(考えたが若い)。
肉体と精神の限界に挑戦だ ポケ予防です。
6月も走りますよ。武甲山TR～27kmです。

第27回東日本国際駅伝参加者募集
開催日時 2013年10月2日(日)
会場 相模原市 米陸軍相模補給廠
種目
①一般男子(25km) 高校生以上(10km×1、5km×3)
②壮年男子(20km) 40歳以上(5km×4)
③一般女子(16km) 高校性以上(5km×2、3km×2)
④壮年女子(16km) 40歳以上(5km×2、3km×2)
⑤男女混成(16km) 高校性以上(5km×2、3km×2)
参加費:
一般男子、壮年男子 1チーム13000円(3250円/人)
一般女子、壮年女子、男女混成 1チーム12000円(3000円/人)
スタート(壮年男子、一般女子、壮年女子) 10:00
スタート(一般男子) 10:10
スタート(男女混成) 13:00
大会申込締切: 8月25日(木)
町田いだ天クラブ締切 7月17日または、8月7日第一練習会
担当 横山、伏見、西谷、五十嵐

町田走友会練習会のお知らせ
6月5日(日)8時30分、野津田公園陸上競技場玄関前集合
体操、ミーティング、準備
9時～10時、占用使用にてトラック練習
メニューは、1000m×5～6本。
+400mまたは200mを1本。
給水は、各人でご用意願います。
入場料300円。車で来た場合、駐車場は有料です。

6月26日(日)
御殿場にて、富士登山駅伝の現地試走会を行います。
朝6時30分、成瀬駅北口集合。
車でいきますので、参加希望の方は事前に連絡をお願いします。
駅伝の選手登録をしている方は、誓約書を用意しますので、認印をご持参願います。
今年の富士登山駅伝の登録選手は下記の10名です。
斎藤(慎)、能見、中島、宮脇、鈴木(諭)、大熊、藤田、山下(真)、遠藤(治)、田中(一)、
町田走友会 田中 一生

第32回ナイタージョギングカーニバルのお知らせ
日時 平成28年7月30日(土) 16:00開始 14:30～受付開始
会場 葛飾区総合スポーツセンター陸上競技場
種目 ペア800m(親子・兄弟または夫婦・ペア)
中学1500m、女子3000m(39歳以下、40歳以上)、
男子5000m(29歳以下、30歳代、40歳代、50歳代、60才以上)
参加費 1種目2000円 申し込み 6月1日～7月11日
主催 葛飾マイペースクラブ 後援 東京走友連合



松田瑞江 W70
1500m 1位



第39回武相マラソンハーフ出場のいだ天クラブ選手
(左から山下、小川、嵐田、野中、藪下)



藪下正治 M65
1500m 1位
800m 1位



松田瑞江(8km58位)



橋本俊彦(8km21位)



伏見次郎(8km22位)



飯岡宏三(8km32位)



松田吉雄(8km58位)

第39回武相マラソン8km出場のいだ天クラブ選手