



秋桜
(コスモス)
花言葉:
「純潔」「調和」

< クラブスケジュール >

10月2日	第27回東日本国際駅伝	相模補給廠
10月2日	練習会(8:45~)冬時間	サン町田旭体育館
10月16日	練習会(8:45~)冬時間	市立陸上競技場(野津田)
11月6日	練習会(8:45~)冬時間	サン町田旭体育館
11月20日	練習会(8:45~)冬時間	市立陸上競技場(野津田)
12月4日	練習会(8:45~)冬時間	サン町田旭体育館
12月4日	H28年役員会(練習会後11時~14時)	黒澤公文教室2F
12月18日	練習会(8:45~)冬時間	市立陸上競技場(野津田)
12月18日	2016年忘年親睦駅伝大会	皇居周回コース
1月7日	練習会(8:45~)新春初走り神社めぐり	サン町田旭体育館
1月7日	茶話会、アタックススポーツ即売会(11時~)	黒澤公文教室2F
1月22日	練習会(8:45~)冬時間	市立陸上競技場(野津田)
1月22日	H29年総会・新年会(16時~19時)	うおや一丁
1月29日	武相駅伝	市立陸上競技場(野津田)

第27回東日本国際駅伝参加者のお知らせ

開催日時 2016年10月2日(日) スタート:10時

会場 相模原市 米陸軍相模補給廠

種目

②壮年男子(20km) 40歳以上(5km×4)

町田いだ天クラブ

Aチーム: 田中、藪下、小川、河合(正)

Bチーム: 橋本、長内、渋谷、五十嵐 補欠: 西谷、伏見

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

集合時間: 8時30分(荷物チェックで混雑するので早めに入場)

集合場所: 相模原駅 相模補給廠側 階段下

写真入り身分証を必ず、ご持参下さい。

入場証はありません

終了後懇親会: 相模原駅前 いつもの中華料理店 13時頃

担当 横山、伏見、西谷、五十嵐

【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: AM8:45(冬時間)

注意: 10月から冬時間 AM8:45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

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。

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。

会費未納の方が10名弱おられます。

早めの会費納入にご協力ください。

会計: 橋本俊彦

役員会開催予定(12月4日(日)11時~14時頃)

12月第1練習会后、11時から役員会を開催

いたします。

10月までの記録はニュース掲載分については

ニュース担当でまとめます。申告漏れの記録など、

各自の申告記録は11月中にお願い致します。

ご協力お願いいたします。

議題: 決算、平成28年表彰者選考

新春初走り&お汁粉茶話会&靴即売会実施について

1月の第1日曜日は正月三が日の為、日程変更し、

1月7日(土)に開催します。

曜日等お間違えの無いようにご協力お願いいたします。

8:45~ 練習会(神社回り)

11時~ お汁粉茶話会 & 靴即売会 事務局 藪下

マイランニング・・・シリーズ ⑤4



やぶした まさはる
藪下 正浩さん

☆1946年12月9日生(69歳)

☆入会 2001年6月

北海道マラソン参加報告

2年連続で北海道マラソンにチャレンジしました。

このところ、サブ4が精いっぱいでもうにかしたいのですが、やはり、夏場は練習不足になります。ホノルルマラソンの練習のつもりで気楽に参加しました。レースは30回記念大会で過去最多の1万6122人が参加し、スタート時の混雑が予想されましたが、幸いCグループにエントリーできていたので、割とスムーズに走り始めました。午前9時の気温18度、湿度66%で快晴の中を走り始めました。完走者は1万2591人、完走率78.1%と発表されています。比較的涼しかったのですが、日差しのあるところでは、ジリジリと暑さを感じました。15km地点までは何とか自分のペースを守れたのですが、新川通りの長い直線道路に入ってから、暑さのせいか水分補給にエイドステーションに立ち寄る回数が増え、おまけにトイレに3回も行く破目になり、25kmの折り返しを過ぎてからは、6分/kmに速度が落ちてしまいました。30kmの練習ができていないことを思い知らされました。(記録 3時間59分、net 3時間58分07秒 65才~69才 53位) ラップ 5km 26分30秒、10km 50分54秒、15km1時間16分51秒 20km 1時間42分44秒、25km 2時間13分57秒、30km 2時間43分00秒 35km 3時間12分50秒、40km 3時間46分10秒

次回11月号以降のマイランニング投稿をお願いします。ニュース担当 藪下

記録と感想の連絡は、ニュース担当 藪下までお願いします。

TEL&FAX : 042-799-6933

電子mail : yabushi@sea.plala.or.jp

平成28年忘年親睦駅伝大会参加者募集

日時 平成28年12月18日(日)

スタート 1部 9時20分 2, 3, 4部 9時30分

会場: 皇居周回コース

表彰式 12時頃 楠公レストハウス前公園

編成 1チーム 4名

1部 一般の部 15才以上(男女混成可)

2部 壮年 45才以上(同年令男女可)

3部 壮年 60才以上(同年令男女可)

4部 女子の部 15才以上女子

参加費 1チーム 連合所属 8000円 2000円/人

一般 9000円

申込 平成28年12月3日(土) 当日必着有効

申込先 〒173-0005 東京都板橋区仲宿53-9 (有)サンユウ内

忘年親睦駅伝大会事務局 屋間 TEL 03-3964-8774

参加費振込は郵便振替 東京走友連合 00150-0-161665

町田いだ天クラブ 申し込み期限 平成28年11月20日頃

クラブ補助は500円予定

担当 藪下、中村、伏見、橋本

1月練習日程変更のお知らせ

1月3日は正月3ヶ日の為、1月の練習会を下記のように変更します。

第一練習会 1月7日(土) 8:45集合 新春初走り 旭町体育館

第二練習会 1月22日(日) 8:45集合 市立陸上競技場(野津田)

1月22日(日)16時~ 総会 17時~ 新年会 場所 うおや一丁

第二練習会は旭町体育館集合に変更したのでご注意ください。

事務局 藪下 正治

練習時間冬時間に切り替えのお知らせ

10月から練習時間を冬時間に切り替えます。

集合時間 8:45

となります。

お間違えの無いように集合してください。

事務局 藪下 正治

距離	氏名	クラス 順位他	タイム
2016/7/22 第69回富士登山競走			
15km	西谷 光司	5合目で打ち切りになりました	2° 5' 35"
2016/8/21 第427回よこはま月例マラソン			
5km	村野 嘉孝	679位	47' 14"
2016/8/28 第30回記念北海道マラソン2016			
フル	藪下 正治	65-69才男子53位 男子総合 3805位/10604	3° 58' 07"
2016/9/17 第37回全日本マスターズ陸上競技選手権大会(新潟・デンカビックスワンスタジアム)			
3000m	松田 吉雄	M75 6位	16' 07" 29
800m	松田 瑞江	W70 1位	3' 16" 19
2016/9/18 第37回全日本マスターズ陸上競技選手権大会(新潟・デンカビックスワンスタジアム)			
1500m	松田 吉雄	M75 7位	7' 50" 86
1500m	松田 瑞江	W70 1位	6' 33" 21
400m	松田 瑞江	W70 1位	1' 31" 10
吉雄 8月の記録より3000mで40"、1500mで20" 縮めることが出来ました。 どこまで記録が戻るか楽しみです。			
瑞江 大きな競技場にビックリ。 観客席まで上るのに階段で3~4階位あり大変でした。 又、雨の中のレースでアップしてもスタートまで1時間以上あり、寒くなってしまい 記録はいまいちでしたが、日本記録保持者にかつことが出来たのでよかったです。			
2016/9/18 第428回 よこはま月例マラソン			
5km	村野 嘉孝	465位	44' 57"
2016/9/25 秋田100キロチャレンジマラソン			
100km	西谷 光司	速報	11° 20' 00"

町田市,旧鶴川地区、神社めぐり、5か所19.5k
(次回4か所めぐり予定) 渋谷 直泰

参加する方は。直接集合場所に来てください。

小雨決行

開催日 10月 8日(土曜日)

集合場所、時間 旭町体育館 8時15分

スタート時間 8時30分

コース 旭町体育館~4.1k-野津田神社~2.8k-小野神社~4.3k飯守神社~2.2k-神明社~2.5k-鶴川駅 GOAL

競争ではありません。各神社で、休憩します。徒歩でも参加できます。12時には、GOAL出来ると思います。

雑記 私は、5円、50円硬貨を、お賽銭用に、御縁がありますように。穴が空いているので、前が観える。
-----80歳でフル走れるように、お願い、

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)

参加報告

1. 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

皇居周回コース

3. 大会日 平成25年9月11日(日)

スタート:9:20 1, 2, 3部、同時スタート

・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)

Aチーム: 佐野、西谷、田中、西山

Bチーム: 小川、河合、鈴木(諭)、大山

・レディース駅伝(15歳以上女子)

東京レディース参加者

レディースB: 石井(育)、岸、石井(融)、今

レディースC: 松田(瑞)、田中、三枝、小林

応援団: 石塚、藪下、板井、綾部

町田いた天Aチームが第二部3位に入賞しました。

雨の中、記録計測など、応援サポート有難うございました。

担当 藪下

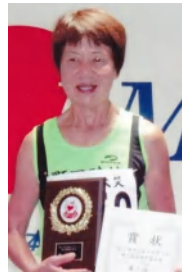
RUN伴 禪りレー 9月19日(月)

町田いた天クラブ参加者
坂田親子:5km
渋谷、野中:20km
横山、肥後橋:10km
黒澤:5km未満
コース: 相原一町田コース



趣旨 認知症の人も、安心して、暮らせる、地域の繋がりを作るための大会です。認知症の人と共に、禪をつなぐ列島リレーです
スタートは北海道網走6月25日。GOALは沖縄11月26日予定
町田相原コース。いた天チームは飛入りの人、野中、渋谷の3人、福祉関係の4人の7名で、相原駅前9時20分スタート、多数の見送りのなか、スタート、距離15.2kです。オレンジ色の目立つTシャツをきての、楽しく喋りながら走り、距離が近く、感じました。もう休憩所、中継地点、熱い応援です、いた天ランナーと合流。横山、肥後橋、坂田 親子 黒澤。他のランナーも合流して、町田街道を走り、町田市役所、カリヨン広場で一休み、JR町田市民広場がGOAL。
1日中小雨の中でした。休憩所でのおもてなし、沿道での施設関係と思われる人の、応援楽しく走らせてもらいました。

担当: 渋谷



全日本マスターズ
W70 3種目1位
(400m、800m、1500m)
松田瑞江さん

平成28年東日本年令別駅伝駅伝大会記録(5km×4区間) 2016年9月11日(日)

チーム	1区	2区	3区	4区	順位・記録
町田いた天A	佐野元明	西谷光司	田中一生	西山典仁	2部 3位
103	19' 15"	19' 50"	19' 20"	18' 29"	1° 16' 54"
町田いた天B	小川 睦夫	河合正行	鈴木諭	大山昇一郎	2部 9位
109	21' 18"	19' 57"	19' 17"	21' 03"	1° 21' 35"
東京レディースA	船見 ゆか	竹内 亜希子	於保 恭子	黒沢 小百合	3部 3位
204	19' 15"	20' 47"	22' 03"	22' 19"	1° 24' 24"
東京レディースB	石井育子	松田瑞江	石井 融代	岸 淳子	3部 7位
207	23' 25"	24' 49"	21' 53"	22' 06"	1° 32' 13"
東京レディースC	田中 幸江	三枝 博子	松田 吉雄	石井 育子	オープン参加
210	30' 20"	30' 05"	27' 53"	24' 01"	1° 52' 19"
レディース応援団	石塚 友雄	藪下 正治	板井 一広	綾部 弘	2部 24位
106	25' 28"	22' 47"	23' 04"	24' 31"	1° 35' 50"



東京レディースB 東京レディースB 東京レディースC レディース応援団
2区 松田 瑞江 4区 岸 淳子 3区 松田 吉雄 2区 藪下 正治



町田いた天B 1区 小川 睦夫
町田いた天B 2区 河合 正行
町田いた天B 3区 鈴木 諭
町田いた天B 4区 大山 昇一郎
町田いた天A 1区 佐野 元明
町田いた天A 2区 西谷 光司
町田いた天A 3区 田中 一生
町田いた天A 4区 西山 典仁