

< クラブスケジュール >

2月5日	練習会(8:45~)冬時間	サン町田旭体育館
2月19日	練習会(8:45~)冬時間	市立陸上競技場(野津田)
2月19日	第51回青梅マラソン	青梅マラソン陸連公認コース
3月5日	練習会(8:45~)冬時間	サン町田旭体育館
3月19日	練習会(8:45~)冬時間	市立陸上競技場(野津田)
4月2日	練習会(7:45~)夏時間に切り替え	サン町田旭体育館
4月16日	練習会(7:45~)夏時間	市立陸上競技場(野津田)
4月16日	第21回東日本年齢別駅伝 第27回皇居レディース駅伝	皇居周回コース 桜田門スタート・ゴール
4月29日	第40回武相マラソン	市立陸上競技場(野津田)
5月7日	練習会(7:45~)夏時間	サン町田旭体育館
5月21日	練習会(7:45~)夏時間	市立陸上競技場(野津田)

【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。
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 018 7312617
(ゼロイチハチ) 会計: 橋本俊彦

H29年新年会会計報告(H29年1月22日)

収入		支出	
会費(5000円×26名)	¥130,000	予約飲食費(27名分)	¥135,000
会費(4000円×3名)	¥12,000	追加飲食費	3888
祝い金(小泉)	¥5,000	クラブ会計に編入	8112
収入合計	¥147,000	支出合計	¥147,000
		残高	¥0

町田走友会 2月練習会(2月12日(日))のお知らせ
日程: 2月12日(日) 朝7時50分に旭町の体育館に集合。
体操をして、8時に出発。

ウォーミングアップは、各自で事前に済ませて下さい。
コース: 恩田川~鶴見川 鴨居駅往復30km 中山駅手前の公園往復23km
成瀬の総合体育館から合流する場合は、8時30分頃になります。
荷物は田中の車内で預かりますが、貴重品の保証は出来かねます。
お迎えの必要な方は、ご連絡頂けましたら駅までお迎え致します。
それでは皆様のご参加を、お待ちしております。 担当 田中 一生

東日本年齢別駅伝・皇居レディース駅伝参加者募集

開催日: 平成29年4月16日(日)

種目:

1部 一般の部 15歳以上男女混成可

2部 年齢別の部 男女混成可

1走 60歳以上 2走 50歳以上

3走 45歳以上 4走 40歳以上

3部 レディースの部 15歳以上女子のみ編成

スタート: 9:20 1部一般の部

9:30 2部、3部

距離: 約5km 4区間

会場: 皇居周回コース(桜田門 スタート、ゴール)

参加費: 1チーム 一般 9000円 連合所属 8000円

締切: 平成29年3月27日(月) 当日事務局必着

受付: H29年4月16日 AM8:00~9:00

町田いだ天締切: H29年3月19日(日)

参加希望者は、早めに申してください。

残念ながら、事務局 数下は不参加ですので

参加される方で幹事をお願いいたします。

申し込み先: 事務局 数下 橋本

マイランニング・・・シリーズ (58)



やぶした まさはる
数下 正治さん

☆1946年12月生(70歳)

☆入会 2001年6月

ホノルルマラソン参加報告

昨年12月11日に古希記念にホノルルマラソンに参加しました。
9年ぶり2回目の参加です。8月末の北海道マラソンに練習のつもりで参加したときは、トイレに行きながらのランになったのでやっとサブ4でした。
ホノルル事前の練習会に参加し、サブ4のペースメーカーにも会えました。JALツアーのホノルルマラソン専任コーチの白戸太郎さんのランニングクリニックに参加し、最後の1km区間を確認出来ました。本番では前半10kmくらいはサブ4のペースメーカーに付いて1km5分30秒くらいで走り、後半少しスピードを上げたつもりでしたがほぼイーブンペースだったようです。前後半ともダイヤモンドヘッドの脇を通る上り坂が長く苦しみました。前回もそうだったのですが、今回もサブ4を目指す日本人小学生に30km過ぎで追いつかれました。残り5kmくらいでサブ4のペースメーカーに追い抜かれ、サブ4行けますよと声をかけられてついて行こうとしたらふくらはぎが釣りそうになったので我慢してゆっくり走り、最後の下り坂でスピードアップ出来ました。やっとの思いでゴールにたどり着き、3時間55分55秒で完走できました。運よく70歳-74歳のランナーのタイムが遅く、年代別では1位になりました。本当にラッキーでした。
長く走り続けるとたまにはいいこともありますね。

ラップは下記のとおりです。
5km 10km 15km 21km 25km 30km 40km 42.195km
28:31 54:23 1:21:09 1:53:06 2:14:20 2:43:08 3:43:38 3:55:55
Rap 25:52 26:46 31:57 21:16 28:48 60:30 12:17
M70-74 1位/287 男子総合714位/10758 総合889位/20235



ハワイ出雲大社

次回3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 数下

記録と感想の連絡は、ニュース担当 数下までお願いします。

TEL&FAX : 042-799-6933

電子mail : yabushi@sea.plala.or.jp

いだ天

第324号

平成29年2月



紅梅
(こうばい)
花言葉:
「厳しい美しさ」
「あでやかさ」



中村正 新会長

町田いだ天クラブ総会報告(2017年1月22日(日))

総会 16時~17時 新年会 17時~19時 場所:うおや一丁 町田店

議長:中村正、書記:数下正治にて総会開始。

出席:27名 委任状:12名 会員数62名の過半数で総会成立を確認

会長挨拶:村野嘉孝会長

議案:①規約確認 改訂なし: 中村副会長

②H28年クラブ活動報告: 渋谷副会長

③H29年クラブ活動計画: 渋谷副会長

④H28年クラブ会計報告: 橋本会計より報告

⑤H29年クラブ会計予算: 橋本会計より報告

一部会員数と収入が合致しないのは未納者、前納者等の理由

⑥H29年役員選出: 中村会長、横山副会長 会長退任:村野嘉孝

会長及び下記以外は留任を確認

会計:小川睦夫 会計退任:中島秋子

⑦各種表彰・記念品贈呈

年報参照とし直後の新年会で表彰実施

すべての案は全会一致で承認されました。

担当 橋本、数下



小磯善彦 都議



伊藤俊輔 候補



吉原修 都議



山下哲也 市議

距離	氏名	クラス 順位他	タイム
2016/12/24 第3回東日本マスターズロードレース(昭和記念公園)			
10km	松田 瑞江	女子70歳代 1位 日本新記録認定	51' 53"
2017/01/01 第41回さがみはら元旦マラソン			
5km	藪下 正治	一般男子 164位	23' 30"
2017/01/03 第31回若葉台正月マラソン大会			
10km	大山 昇一郎	50歳以上若葉台地区の部 1位 総合35位	43' 14"
アップダウンのある周回コースがかなり辛いです。毎年タイムが遅くなっています。			
2017/01/08 第18回ハイテクハーフマラソン(谷川真理)			
ハーフ	飯岡 宏三	45歳以上男子 2860位	2° 15' 49"
2017/01/08 第390回多摩川月例ロードレース大会			
5km	村野 嘉孝	壮年 11位	45' 37"
2017/01/15 第431回よこはま月例マラソン			
5km	村野 嘉孝	468位	45' 53"
2017/01/15 第36回横田フロストバイトロードレース大会			
ハーフ	大山 昇一郎	60歳以上の部 10位/516 総合479/4337	1° 33' 14"
2017/01/18 第44回海老名駅伝 チーム名: リコー壮快B 一般対抗の部			
2.8km	小川 睦夫	6区(アンカー) 区間順位 30位/57 チーム25位	12' 04"
2017/01/22 第481回赤羽月例マラソン			
5km	村野 嘉孝	壮年 5位	43' 38"
2017/01/29 第65回勝田全国マラソン			
10km	松田 瑞江	女子70歳以上 1位	50' 52"
10km	松田 吉雄	男子70歳以上 136位	1° 08' 25"

神社巡り後半(4か所めぐり予定)

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 2月 12日(日曜日)
集合場所、時間 小田急町田駅 ホーム待合室
8時15分乗車
スタート時間 8時30分
鶴川駅前~1.5k-相山神社~1.0k-熊野神社~3.5k-春日大社~2.3k-旭町体育館GOAL

各神社で、休憩。徒歩でも参加できます。
 走り歩き、12時には、GOAL出来ると思います。
 距離表示は(総距離約8.3km)、目安です。
 寄り道しますね。お楽しみに
 渋谷 直泰

第69回 町田武相駅伝競走大会参加報告
 日時 平成29年1月29日(日) 午前9時30分スタート
 場所 町田市陸上競技場
 町田いだ天A
 長内、藪下、小川、山下 50歳以上 7位
 町田いだ天B
 渋谷、橋本、飯岡、伏見 50歳以上 8位
 町田走友会E
 石井、河合、西谷、岡野 50歳以上 1位
 小川さんがゴール付近で体調不良になりましたが
 完走後、医務室で手当して回復されました。
 応援、計測にご協力頂き有難うございました
 担当: 渋谷、中村

第69回武相駅伝 記録(5km×4区間) 2017年1月29日(日)

チーム	1区	2区	3区	4区	順位・記録
町田いだ天A	長内一 23' 41"	藪下正治 23' 33"	小川睦夫 24' 20"	山下哲也 24' 57"	50歳以上 7位 1° 36' 31"
町田いだ天B	渋谷直泰 24' 50"	橋本俊彦 24' 34"	飯岡宏三 27' 47"	伏見次郎 25' 26"	50歳以上 8位 1° 42' 37"
町田走友会E	石井彰 18' 47"	河合正行 20' 22"	西谷光司 20' 57"	岡野清一 22' 23"	50歳以上 1位 1° 22' 29"

東京走友連合新年会参加報告

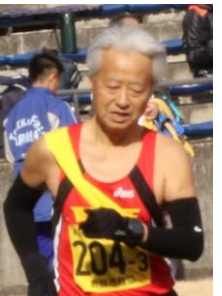
1月28日に渋谷で新年会がありました。町田いだ天クラブからは村野前会長、藪下、松田(瑞江)、鈴木(明)の4名が出席しました。小杉会長は遅れて参加されたが、ゲストに新宅雅也氏も参加され、各クラブと親睦を深めました。
 藪下 記



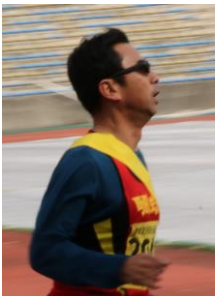
長内 一(A1区)



藪下 正治(A2区)



小川 睦夫(A3区)



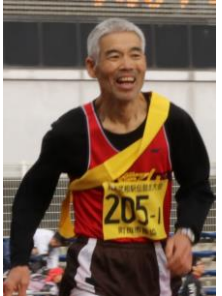
山下 哲也(A4区)



西谷 光司(E3区)



東京走友連合新年会(H29/1/28)



渋谷 直泰(B1区)



橋本 俊彦(B2区)



飯岡 宏三(B3区)



伏見 次郎(B4区)



吉原 修都
開会式で挨拶



第36回横田フロストバイトロードレース
 大山昇一郎さん 60歳以上の部 10位

第65回勝田全国マラソン参加報告(H29/1/29)
 昨年の記録を1分縮めて二連覇することが出来ました。折返し5km地点では昨年と同タイムでしたが、折返し5km地点では昨年と同タイムでしたが、後半の5kmで頑張り1分縮めました。この大会は青梅マラソンよりさらに14年も長い歴史があり、参加者もフル14000人、10km 8000人の22000人が出場しました。天候も走るのに丁度良く、気持ち良く走ることが出来ました。
 松田 瑞江

5kmを31分で通過し、折返しての下り坂でスピードを上げたら6.5km位の地点で右足ふくらはぎに痛みがはしりペースを落としたがさらに8km地点では痛みが強くなり完走だけはいよいよゴールへ。肉離れかと思ったら筋膜はく離でしたが歩いて帰宅するのが大変でした。3週間後の青梅マラソンまでには治して又、頑張りしたいと思います。
 松田吉雄



第65回勝田全国マラソン(H29/1/29)
 松田瑞江さん 女子70歳代 10km 1位