

# いた天

第352号  
令和元年6月

【定期練習会】

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 サン町田旭体育館  
★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。

町田いた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 〇18 7312617  
(ゼロイチハチ) 会計：橋本俊彦  
2019年会費は1月から11月末までに  
納入お願い致します。  
11月末会計締切です。ご協力お願い致します。

年齢別全日本マラソンランキング  
(2018年4月～2019年3月)

野中 渉 59歳台 62位 3時間12分54秒 勝田  
西谷 光司 70歳台 24位 3時間36分17秒 京都  
飯岡 宏三 74歳台 40位 4時間19分15秒 北海道

< クラブスケジュール >

6月2日	練習会(7:45～)夏時間	サン町田旭体育館
6月2日	東京走友連合 2019年度定期総会15時	渋谷(やまがた)
6月16日	練習会(7:45～)夏時間	サン町田旭体育館
6月29日	いた天クラブ夏季合宿(伊東一泊2日)	伊東園ホテル
6月29日	東京走友連合合宿	伊東園ホテル
7月7日	練習会(7:45～)夏時間	サン町田旭体育館
7月21日	練習会(7:45～)夏時間	サン町田旭体育館
8月4日	練習会(7:45～)&バーベキュー	竹一ガーデン集合
8月18日	練習会(7:45～)夏時間	サン町田旭体育館
9月1日	練習会(7:45～)夏時間	サン町田旭体育館
9月15日	練習会(7:45～)夏時間	サン町田旭体育館

町田走友会会員及び走友の皆様  
6月の練習会ですが、下記の日程でトラック練習会を企画しました。  
練習メニュー等の要望が有りましたら、当日迄にご連絡をお願い致します。  
6月30日(日)  
場所：野津田公園陸上競技場  
朝8時30～40分、競技場の玄関前に集合。  
体操をして、入場。入場料300円  
9時～10時、トラック練習会  
ウォーミングアップは、各自で集合前に済ませて下さい。  
お迎えの必要な方は、事前にご相談下さい。  
日陰が無いので、帽子と飲み物を用意して、熱中症に気を付けて下さい。  
車で来られる方、駐車場は有料になります。

マイランニング・・・シリーズ (86)



ちば まつお  
**千葉 松夫さん**

☆1954年10月生(64歳)  
☆入会 2018年7月

「いわて奥州きらめきマラソン」参加報告

5月19日に行われた 岩手県奥州市の「いわて奥州きらめきマラソン」に参加しました。

○フルマラソン 男子60歳代 の部

記録 3時間51分49秒(ネットタイム)[ゴール記録は3時間52分28秒]

種目順位 31位/308人 総合順位は559位です。

因みにフル参加者は3561人でした。

コースは30kmまで多少登り傾向ですが全般に平坦と言えるコースです。

前半はキロ5分弱で走って後半勝負と思っていたのですが、後半になると向かい風が強くなり、進もうにもブレーキがかかり6分台まで失速何とか40キロ過ぎで「頑張り？」の走りでしたが、結果は昨年より8分も遅いタイムで

残念、限界か!と嘆く状況でした。

自分なりの目標「今年は後半勝負」設定でしたが、再チャレンジです。

秋以降の大会に向けて練習していきたいと思います。

今後ともご指導の程よろしくお願い致します。

計測ポイント	スプリット	ラップ
Start	0:00:39	
10km	0:50:15	0:49:36
20km	1:40:17	0:50:02
30km	2:36:10	0:55:53
40km	3:40:06	1:03:56
Finish	3:52:28	0:12:22

次月号以降のマイランニング投稿よろしくお願ひします。ニュース担当 藪下

あじさい祭り&アサヒビール工場見学(6/8)

参加者募集

日時 6月8日 7時集合 7時11分急行  
8時1分新松田到着

①時間がないのでコンビニで弁当購入、  
あじさい祭り会場へ

②あじさい祭り見学

③あじさいの里からジョギングまたは、

シャトルバス10時05分発でアサヒビール工場へ

④工場見学(1時間半) 10時半の見学になります

⑤芝生で昼食&記念撮影(約1時間)

⑥徒歩またはジョギングで新松田駅へ

参加予定者：下記16名

嵐田、飯岡、小川、長内、渋谷、中島、中村  
西谷、野中、広田、伏見、水沢、藪下、村野  
千葉、曾根

いた天クラブ合宿(6月29日-30日)の参加者募集

期日2019年6月29日-30日

宿泊場所：伊東園ホテル(伊東)

20名で予約しています。

参加費：1万円 交通費は別途自前

カラオケはフリー

コースは下見で決定しますが、下記が候補です。

①一碧湖一周コース

②小室山コース

③オレンジマラソンのコース

集合：29日9時20分小田急線小田原行き先頭車両

急行小田原行き 9時28分発→小田原乗換→熱海着

熱海乗換→伊東駅11時34分着

申込：6月第一練習会(6/2)または第二練習会(6/18)

参加の方は、日程を確保お願い致します。

西谷、橋本、中村、藪下

東京創友連合合宿(6月29日-30日)のお知らせ

期日2019年6月29日-30日

宿泊場所：伊東園ホテル(伊東)

30名で予約しています。

参加費：1万円 交通費は別途自前

コースは下見で決定しますが、下記が候補です。

①一碧湖一周コース

②小室山コース

③オレンジマラソンのコース

6月29日12時 伊東駅集合(昼食を済ませて集合)

(交通)

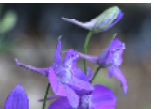
新宿駅発 小田急線急行8時50分発

小田原・熱海乗換 伊東11時34分着

東京走友連合事務局



暮紫陽花  
(がくあじさい)  
花言葉  
【謙虚】



ラークスパー  
(飛燕草)  
(小鳥草)  
花言葉  
【陽気】  
【快活】



桔梗草  
(ききょうそう)  
花言葉  
【優しい愛】

距離	氏名	クラス 順位他	タイム
2019/4/28 第508回月例赤羽マロン			
5km	村野 嘉孝	壮年男子 13位	47' 40"
2019/5/4 第31回 春日部大風マロン			
10km	村野 嘉孝	総2783位/3167 60歳以上男子595/696	1° 38' 50"
2019/5/12 第416回多摩川月例ロードレース大会			
5km	村野 嘉孝	壮年男子 15位	48' 57"
2019/5/12 第23回東日本国際親善マロン			
ハーフ	西谷 光司	男子60歳以上 8位 ネットタイム	1° 36' 05"
2019/5/19 第459回よこはま月例マロン			
5km	村野 嘉孝	564位	48' 20"
2019/5/19 いわて奥州きらめきマロン ネットタイム3° 51' 49"			
フル	千葉 松夫	男子60歳代 31位/308 総559/2406	3° 52' 28"
2019/5/26 川崎月例マロン			
3km	西谷 光司		12' 27"
5km	西谷 光司		22' 16"
5km	西谷 光司	気温33度の為、10kmが5kmに変更	22' 43"

平成31年度陸連登録会員証記布(東京陸協)  
登録費用 3000円/一人 ((2600円)+(事務費))  
H31年登録者名簿(4名)  
A03901 野中渉  
A03903 嵐田浩  
A03906 河合潤一郎  
A03908 岸詔夫  
嵐田さん、河合純一郎さん登録費用未納です。  
早めに納入下さい。 事務局 数下正治



町田いだ天 出走前の集合写真

令和元年 東日本年令別駅伝・レディース駅伝大会記録(5km×4区間) 2019年5月19日(日)

	1区	2区	3区	4区	順位・記録
町田いだ天A	佐野元明	西谷光司	岡崎利紀	野中 渉	2部 11位
2部	19' 15"	21' 03"	22' 03"	21' 36"	1° 23' 57"
町田いだ天B	長内一	数下正治	嵐田 浩	飯岡宏三	2部 21位
2部	23' 02"	25' 51"	23' 38"	26' 34"	1° 39' 05'
東京レディースA	船見ゆか	林紀子	竹森友香	高木圭子	3部 6位
3部	20' 26"	23' 48"	22' 18"	22' 51"	1° 29' 23'
東京レディースB	今貴枝	宮崎麻利	田中幸江	小林民子	3部 13位
3部	24' 00"	25' 20"	32' 20"	31' 56"	1° 53' 36'
東京レディースC	板井一広	松田吉雄	宮崎慎司	森岡帝津江	2部 23位
2部	25' 07"	29' 24"	19' 40"	28' 04"	1° 42' 15'

RUN伴2019のお知らせ  
(9月29日)

「RUN伴」は、認知症の人と一緒にタスキをつなぐ体験を通して、誰もが暮らしやすい地域づくりを推進する活動です。今年で9年目です。日本全国の町がオレンジに染まる事を目指して全国各地で開催ルートを増やしていきます。  
有志で参加しましょう。  
9月29日(日)町田市  
市役所前スタート予定  
参加希望者はTシャツサイズを申し出て下さい。  
参加費: 昨年は2500円/人  
詳細はRUN伴事務局で調整します。 西谷光司



東京レディースA  
1区~4区

東京レディースB  
1区~4区

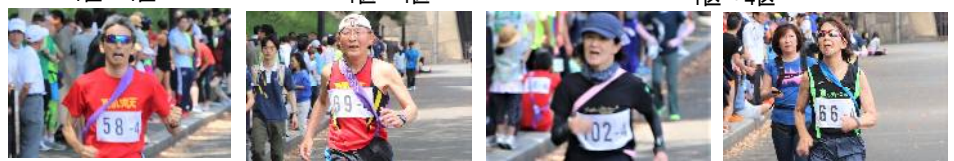
東京レディースC  
1区~4区

町田いだてんA  
1区~4区

町田いだてんB  
1区~4区

ランパン、ランシャツ、Tシャツ申込のお知らせ

下記の通り、アタックススポーツへ注文しました。  
小川睦夫 半袖Tシャツ M  
柴田忠治 半袖Tシャツ M  
千葉松夫 男子ランニング M  
西谷光司 男子ランパン S  
橋本俊彦 長袖Tシャツ L  
伏見次郎 長袖Tシャツ M  
小嶋夫妻 半袖Tシャツ S×2枚  
中村正 半袖Tシャツ M  
数下正治 長袖Tシャツ M  
上記で申込しました。 事務局(数下正治)



品名	品番	仕様	数量	単位	単価	金額	備考
メンズランシャツ	2091A124-600	チーム名入り	1	枚	3,700	3,700	税別
メンズランパン	2091A125-600		1	枚	3,380	3,380	税別
レディースランシャツ	2092A066-600	チーム名入り	1	枚	3,700	3,700	税別
レディースランパン	2092A087-600		1	枚	3,380	3,380	税別
長袖Tシャツ	ファイテン	チーム名入り	1	枚	3,500	3,500	税別
半袖Tシャツ	ファイテン	チーム名入り	1	枚	2,940	2,940	税別