

ビギナー・マラソン教室

皆さん、第3回練習会お疲れ様でした。今回、通信を担当したビギナー・マラソン教室スタッフ2回生の平野です。今年からビギナー・マラソン教室と名前が変わりましたが、私はマラソン教室2年目です。私の専門種目は走り高跳びなのであまり長い距離は得意ではありませんが、しっかりサポートしていくのでよろしくお願いします。



さて、今回の練習会

では、毎年実施している体力測定を実施しました。測定項目は握力・長座体前屈・上体起こし・立ち幅跳び・反復横跳びの五項目に加え、男性は1500m・女性1000mを実施しました。新規会員の方は初めてですが、継続会員の方は昨年、一昨年のデータと比較して、少しでも良い結果を出そうと健闘していらっしゃいました。今回の体力測定でそれぞれ強い部分、弱い部分が見えたと思うので、来年は更に良い結果が出せるように頑張っていきたいと思います。



次回の練習会は9月19日～20日愛媛県西条市で行われます。普段はあまり走ることのできないオールウェザーのトラックで練習します。しかも、青いタータンです！

一日目の夜はアサヒビール園で懇親会が企画されていたり、二日目にはしまなみ街道や鈍川温泉へも行ったりと、盛りだくさんの内容になっています。しっかり練習して、交流を深めていきましょう。