

『 20 周年記念 』 会長 長谷川 博彦

三段池ランニングクラブ結成 20 周年記念行事の成功ほんとうに有り難う御座いました。正直言っているいろいろな心配な事もありましたが、今となっては取り越し苦労だったなと思っています、和気藹々に楽しめたミニ運動会、厳粛な中にも和やかに、そして 20 年を懐かしく思い出させてくれたパワーポイント・有志の皆さんの歌や踊り、演奏、時間の立つのがあまりにも早く、もったいないような気がしました、名ばかりの会長で、委員会の皆さんにおんぶにだっこ、ほんとうに有り難く思っています、明日からは 30 年に向けて前進です、クラブ員全員で頑張っていきましょう。

20 周年記念行事ご苦労様でした。

午前中のミニ運動会、久しぶりに童心に返って楽しく、笑いあり、一寸めまいありの、色んなゲームであっという間の 2 時間でした。午後の総会、記念式典いずれも整齊と進められ、懐かしいパワーポイントに当時を思い出し涙かきました、懇親会も、福知山踊りでの幕開けと、生演奏ありで、ほんとうに充実した一日を過ごさせて戴きました、これもスタッフ皆様の意気投合した、きめ細やかな計画と、気配りに、ただただ感心し、感謝の気持ちで一杯です、実行委員の皆様、会員の皆様ご苦労様でした、ほんとうに有り難うございました。

長谷川 法子

20 周年に向けて

一年に渡り役員&実行委員で何度も役員会繰り返し当日はバタバタしたものの皆さんの力で成功に終わったと思います。一致団結とは、この事！と感じました！ありがとうございました！



三ツ塚マラソン

三ツ塚マラソン5キロに出場、三ツ塚は六位まで表彰してくれます。
なんと言うことでしょうか、大町和子さんが棄権をしてくれたおかげで60才以上女子の部で23人中六位、記録30分12秒ラッキー(^.^)お天気もマラソン日和で最高でした。

稲畑 とし子

三ツ塚マラソン タイム 53分32秒 スタート時点で気温が26度、
ペースを一定に保ちながら最後まで上げずに心がけて走りましたタイムが50分を切ることが
できないが50分前半で走れたらいいかなとおもいます。

井上 昭宏

五木マラソン

今回は娘にも、くれぐれもゆっくり走るように言われていたので！いつもは15分程走るアップも5分で済ませて、ゆっくり楽しくのスタート！のんびりマイペースで走ってました。ところが折り返してすぐに、後ろから知らない男の人が、前のあの人抜いたら？と言葉っぱをかけてくれた。そこから、今まで眠っていた、競争心に火がつき！娘の言葉も忘れ、あっと言う間に抜いてのゴールでした。五木は30歳から上と下の2つの年代別！従って、30歳以上で、90人中30位と言う成績！ゴール後に！インタビューも受けました(^)どの部門に出られましたか？と聞かれ！ハーッ！見たらわかるやろ？30歳以上やわ！と思いつながらの！楽しいマラソンでした！まだまだ頑張れます！

森脇 紀美子

5キロレース

最近ようやく本腰を入れて走るようになり、目指すべき明確な目標は“5kmのレースで17分台を出すこと。”でもレースの度にその目標は遠く高い壁だと痛感します。「今と同じ努力を30代の頃にしていれば、もっと早く楽に壁を越えられていたのに…」と後悔する思いもあります。でもランナーを名乗るからには、後ろを振り返ることなく前を向いて、高く揚げた目標をしっかりと見据え、また走り出そうと思います。
近頃、苦しい時に口癖のように心に刻む「まだいける…!もっといける!!」強い精神力をもって走り続けていきます。

今年の成績

2/19	兵庫県川マラソン5km	18:20	(3位入賞)
3/12	ふるさと加佐ロードレース5km	18:14	(自己新)
4/16	小浜若狭マラソン5km	18:15	(5位入賞)
5/14	三ツ塚マラソン5km	18:08	(自己新)

大町 泰貴

