



主催

新日本スポーツ連盟
月例湘南マラソン運営委員会
<http://syonan-run.jimdofree.com/>
毎月第一日曜日開催
郵便振替00250-9-89070

連絡先 新日本スポーツ連盟湘南地区連盟 〒251-0015 藤沢市川名1丁目3-15

緊急連絡先: 橘 俊也 070-3163-8401 (平日) 新日本スポーツ連盟神奈川県連盟: 045-534-5553

10km のスタートは 10 時です

523回(1月9日)の
種目とスタート時間

RACE	START TIME
ファミリー(1km)	8:30
1 km	8:45
3 km	8:55
5 km	9:20
10 km	10:00

(スタート前のWBG Tが25度以上の場合は10kmを5kmに変更、31度以上で中止)

種目やスタート時間は変更または中止になることがあります

★一斉スタートではなく、一人ずつ間隔をあけてスタートし、ネットタイム集計をして発表します。参加者数が少なくなったので、複数種目への出場もOKです。
スタート時間は次の通りです。

10回連続賞ランナー紹介

26891 萩原健一郎さん



26879 富田純二さん



あけましておめでとぅーございます
22年も月例湘南へのご参加、ご協力をよろしくお願い致します

月例湘南マラソンの
Instagramを始めました

https:

www.instagram.com/getsurei_shonan



【お願い】

ゴール位置の関係でバーコードは、**左**につけて走ってください。

参加条件

新型コロナへの対応をしながらの開催となるため、参加条件が厳しくなります。

- ① 体調不良の場合、近くに感染が疑われる方がいる場合、過去14日以内に海外渡航または海外在住者との濃厚接触がある場合は、参加しないこと。
- ② 当日の検温で、37.5度以上の発熱を伴う風邪の症状がある場合は参加できません。発熱がない場合でも、息苦しさ、強いだるさなどの症状のいずれかがある場合は参加できません。
- ③ 参加者はマスク等着用のこと。ただし、ランニング中は通行人等と2m以内に接近しない限り、取り外しても良いものとする。3歳未満はマスク不要。
- ④ こまめな手洗い、アルコール等による手指消毒を実施すること。
- ⑤ おおきな声で会話、応援等をしないこと。レース後は密集せずにすぐに撤収してください。
- ⑥ イベント終了後、2週間以内に新型コロナを発症した場合は、速やかに報告すること。

今月の表彰

*旧月例湘南マラソンで各賞を受賞済みのランナーは対象外とします

連続10回賞(2名)

26912	藤城 淳一郎	26928	藤原 隆雄
-------	--------	-------	-------

連続20回賞(1名)

26644	田畑 哲夫		
-------	-------	--	--

連続30回賞

	該当者無し		
--	-------	--	--

連続50回賞(3名)

13723	藍場 康之	25413	岡田 展生
25642	仙台 椎良		

連続75回賞

	該当者無し		
--	-------	--	--

連続100回賞

	該当者無し		
--	-------	--	--

連続150回賞(1名)

9869	久保田 貢		
------	-------	--	--

通算20回賞(1名)

24719	沼上 美佳		
-------	-------	--	--

【連続賞】

- ① 連続10回賞 *ゼッケン入りランニングシャツ
 - ・すでにお持ちの方は対象外です。
 - ・ランニングシャツの作成には2ヶ月かかります。
- ② 連続20回、30回、50回、75回、100回以降50回ごと。
 - * 記念タオル
 - ・すでに各賞を受賞済みの方は対象外です。

【通算賞】

- ① 通算20回賞 *ゼッケン入りランニングシャツ
 - ・連続で10回参加ができなかった人の救済措置です。
 - ・ランニングシャツを持っていない人が対象です。
- ② 通算80回賞 *記念タオル
 - ①・②とも自己申告制となっています。
 - * 連続賞と通算賞は重複しません。

ランナーインタビュー



ステイブ・ダーストさん (27089 51歳)
カナダ国籍、日本在住20年以上というところで日本語はバッチリ、読み書きもOK。
月例マラソンの「湘南」は初参加、「横浜」は11月に初参加、「川崎」は昨年参加したとのことでした。

今回の「湘南」は、砂があり足がとられてペースがうまく作れなかったそうですが、「チャレンジ」だったとのことでした。「湘南」のコースにこんなに砂があるとは知らなかったけれど、一緒に走っていたランナーは日本人らしく礼儀正しく感じられたそうです。今回は10kmを走りましたが、タイム的にはこんな感じかなというところだそうです。

来春高校生の息子さんは、入

第522回参加者数

受付数	337名
ファミリー (1 km)	44名
1 km	149名
3 km	154名
5 km	178名
10km	158名
延べ完走者数	683名

総合(19km) 64名

学後は陸上をやる予定だそうです。ぜひご家族で参加してくださいとお話したら、毎月は無理だと思ふけれど、できれば参加したいとのことお返事でした。ご家族での参加を楽しみにしています！

次回は **2月6日** 実施予定

月例湘南マラソンコース



522回総合(19km)上位10位

522回に実施した1kmから10kmを合計すると19kmになります。4種目に出場したランナーの総合タイム(上位10名)を掲載します。

順位	No.	氏名	タイム
1	18891	高橋 豊	1:12:52
2	27027	藤田 祐樹	1:19:04
3	27060	金子 裕治	1:20:31
4	26250	小澤 直哉	1:22:01
5	13287	椎野 康洋	1:25:16
6	3983	岡本 龍介	1:25:30
7	11584	広瀬真理子	1:25:37
8	27062	福田 隆子	1:26:12
9	21037	高橋 真人	1:26:44
10	26639	井上 邦夫	1:26:57