



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のスタート時間が変わりました

536回(2月5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	9:00
5 km	9:30
10 km	10:10

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。
1000円(初参加1500円)で、複数種目へのチャレンジもOKです。

連続賞

ランナー紹介



27054 10回連続
小林秀明さん



27106 連続10回
世川佳代さん



26975 連続20回
波多野洋行さん

次回は**3月5日**

ボランティアスタッフ募集

月例湘南マラソンでは、随時、ボランティアスタッフを募集しています。
ご興味ある方、ご不明の点がある方は、お気軽にお近くのスタッフまでおたずねください。
メール、インスタグラムからも受け付けます。(交通費・軽食支給)

砂かき隊募集中!!

月例マラソンの前日、有志メンバーによりコース上の砂かきを行っています。詳しくは、月例湘南HP、インスタ、FBにて

月例湘南マラソンのInstagram

https://www.instagram.com/getsurei_shonan



今月の表彰

連続10回賞(4名) ゼッケン入りランニングシャツ

27140	矢部 達朗	27141	矢部 千美
27142	矢部 美月	27143	矢部 夏穂

連続30回賞(3名) 参加1回無料券

26639	井上 邦夫	26758	山田 良信
26770	山田 一雄		

連続50回賞(1名) 参加2回無料券

26424	榮 忠博		
-------	------	--	--

連続75回賞(1名) ゼッケン入りランニングシャツ

9647	駒形 泰史		
------	-------	--	--

連続450回賞(2名) 月例湘南記念マラソンタオル

772	矢野 毅		
-----	------	--	--

ランナーズインタビュー

矢野

毅さん

(No. 772)

齋藤 憲士さん

(No. 25936)

矢野さんは1月例会で連続・通算450回!! 齋藤さんは矢野さんの娘さんのお連れ合い。小学生だった娘さんや息子さんも月例マラソンに参加していた頃からの連続参加、お子さんたちは現在もう立派な「お母さん」「お父さん」だといふぐらい、長い間連続参加されているというこ



とです。連続の秘訣は…、月に一回のことなので二日酔いでも…。その時の体調によつてどの距離を走るかを決められるのが月例のいい所なんです。と。

コースはいいけど砂が難しい部分ですね、との話に、私が「トレーニングだと思って…」と言うと、

そういう形でとらえれば一番いいですね、と賛意を示していただけでした。

斉藤さんは月例参加5年目。「でも横浜マラソンや湘南国際マラソンのフルをバンバンや走ってますよ」と、隣から矢野さんの言葉。

若い頃は走っていたけれどずっと走つ

ていなくて、40代半ばごろから走り始めたそうです。

この月例マラソンの参加者が2000人を超えていた時、紹介者を介さないと参加できなかったときに、矢野さんの紹介で走るようになったそうです。このコースはロケーションはいいけど、風景が変わらないせいか長く感じるそうです。

斉藤さんのフルのタイムは、3時間を切ることもあるそうで、思わず「速い!」と言ってしまうましたが、矢野さんはあまりフルは走らず、最高が50歳のときの50km(野辺山…4時間台)だそうです。それだつて十分速いと思います。が、二人一緒に走ることはないとのこと。「だってペースが違うもの」と矢野さん。若い頃はそれなりに頑張っていましたというこ

次回は3月5日

第535回参加者数

受付数	407名
ファミリー(1km)	52名
1km	186名
3km	196名
5km	190名
10km	169名
延べ完走者数	793名

総合(19㍑) 76名

535回総合(19km)上位10位

順位	No.	氏名	タイム	順位	No.	氏名	タイム
1	25258	平綿 有斐	1:09:43	6	24564	佐藤 瞬	1:18:13
2	26985	勢力 誉久	1:10:56	7	27265	高田 洋平	1:18:14
3	11881	村上 真一	1:16:00	8	27239	森 友幸	1:19:16
4	25923	溝口 靖	1:17:14	9	27418	稲葉 悟	1:19:54
5	27422	佐藤 圭峰	1:17:24	10	26991	中津 志保	1:20:11

月例マラソン支援募金

1月は2,200円が集まりました。
ご協力ありがとうございました。

日本在住外国籍ランナーを招待!!

神奈川県ランニングセンターの国際交流活動として、3月例のいずれかに無料で参加できます。

詳細は、HPをご覧ください。

とですが、今だつてどう見てもやはりランナーでしょう、と思う私でした。(よしえ)