



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

537回(3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



27139 27138 10回連続
 服部幸代さん 山本あやさん



24751 連続75回
 菅原義文さん

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)



25009 連続75回
 佐藤源一さん

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、

月例湘南マラソンのInstagram

https:

www.instagram.com/getsurei_shonan



次回は4月2日(予)

今月の表彰

連続10回賞(8名) ゼッケン入りランニングシャツ

24480	山本 昇治	26588	山本 壮悟
27001	伊藤 嘉英	27213	八木 清風
27217	長野 哲士	27221	永田 将英
27230	田中 一成	27236	御子柴知子

連続20回は該当者なし

連続30回賞(2名) 参加1回無料券

24254	鎌田 早苗	26823	鎌田 湘吾
-------	-------	-------	-------

連続50回賞(1名) 参加2回無料券

25960	劔持 望羽		
-------	-------	--	--

ランナーズインタビュー

松田 考行さん
(No. 27467)

鹿野 健治さん
(No. 27459)

山田 和輝さん
(No. 27465)

大津 泰平さん
(No. 27464)

渡部 宏樹さん
(No. 27462)

東 智樹さん
(No. 27466)

6人は同じ職場のランニング仲間で、今回が初



参加。グループの名前は?と聞くと、「ステラポラリス(北極星)です」と、元気に大津さん。初参加の感想をお聞きしました。「疲れました」(松田さん)、「楽しかった。みんな速かった」(鹿野さん)、「走れてよかった」(山田さん)、「記録も出て走りもよかった」(大津さん)、「いい天気で楽しかった」(渡部さん)、「疲れました」(東さん)

普段の練習は各々で行い、週1回は休みの日にまとまって走るそうです。因みに各自練習は、大津さん週5、渡部さん週3、山田さん・鹿野さん・松田さんたちは週1、東さん「全然してません」とのこと。仲間の回答に、お互い笑顔がこぼれていました。

第536回参加者数

受付数	474名
ファミリー(1km)	75名
1km	221名
3km	235名
5km	214名
10km	200名
延べ完走者数	945名

総合(19ヶ) 96名

月例以外では「横浜青空マラソン」と、「ブリスト」という大会にみんなで参加したそうです。湘南国際マラソンに参加したメンバーも。3月には、ハーフの距離をリリースで走る大会「ブリスト」に、みんなが出ようと計画しているそうです。「やだあ」という声も出るのとありますが、明るくアハハハ：のようです。

このコースについては、きれいだけど難しい、景色はいいけど狭いから楽しく走るというマラソンだと思おう、ホントの健康マラソンだということでした。

初参加の日にコース上の砂がひどく上がっているのに出くわしてしまったみなさんでしたが、仲間と談笑しながら参加できるなんてとっても素敵なことなので、これからもうくじけずに参加してほしいなと思えました。(よしえ)

536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	27349	安藤 草太	1:04:45	6	25923	溝口 靖	1:16:37
2	27486	小林 隆浩	1:10:25	7	27369	堀 尚樹	1:17:16
3	26985	勢力 菅久	1:12:09	8	18141	中丸 隆之	1:17:33
4	27498	新津有紀弥	1:14:36	9	27265	高田 洋平	1:18:11
5	27221	永田 将英	1:16:36	10	26991	中津 志保	1:18:44

月例マラソン支援募金

2月は18,270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。

次回は4月2日(予)