



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

日本在住外国籍ランナーを招待します!!

月例マラソンへの招待は、神奈川県ランニングセンターの国際交流活動として行うもので、今年で3回目です。2023年1月の大会より3名の招待枠があります。先着順で受け付け、定員に達したら終了となります。

招待内容…参加費1500円を無料とします。

条件…①日本に住む外国籍の方で初めて月例マラソンに参加する方が対象です。

②年齢制限はありません。1歳から

80歳以上まで幅広い年齢層の参加があります。

③レースは子供1km、一般1km、3km、5km、10kmがあり、複数のレース参加は自由です。

④参加後にインタビューに応じていただきます。翌月の会報に掲載させていただきます。

申し込み方法…ホームページにて詳細を確認のうえ、必要事項をメールで送ってください。

スタート前のWBGTが25度以上の場合は10kmを5kmに変更、31度以上場合は中止とします

538回(4月2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。

スタート時間は左記の通りです。



月例湘南マラソンのInstagram

https://www.instagram.com/getsurei_shonan

ボランティアスタッフ 募集中

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、Instagram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、Instagram、フェイスブックにて



次回は**5月7日** (予)

今月の表彰

連続10回賞(9名)ゼッケン入りランニングシャツ

27237	えんどろひん	27239	森 友幸
27242	尾崎 淳也	27246	伊藤 慶
27259	天野由美子	27260	倉橋美乃和
27261	中井 綾子	27265	高田 洋平
27266	真野 俊和		

連続20回は該当者なし

連続30回賞(1名) 参加1回無料券

26678	石井 将雄		
-------	-------	--	--

通算20回賞(1名)ゼッケン入りランニングシャツ

26250	小澤 直哉		
-------	-------	--	--

第537回参加者数

受付数	362名
ファミリー (1km)	52名
1km	168名
3km	172名
5km	160名
10km	127名
延べ完走者数	679名

総合(19km) 51名

537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	27368	内田 浩章	1:12:39	6	26250	小澤 直哉	1:17:24
2	10433	勢多 章敏	1:13:28	7	27239	森 友幸	1:19:33
3	11058	野村 昌宏	1:14:49	8	27265	高田 洋平	1:20:04
4	26704	河野 駿介	1:16:40	9	27278	孫 北吉	1:21:44
5	17680	久保 和寛	1:17:17	10	27319	富川 達也	1:22:51

月例マラソン支援募金

3月は17,979円が集まりました。ご協力ありがとうございました。

ランナーズインタビュー

矢部 達朗さん

(No. 27140)

矢部 千美さん

(No. 27141)

矢部 美月さん

(小学5年)

矢部 夏穂さん

(小学2年)

(No. 27143)



家族で参加。
「走ろう！」の言い出しっぺは千美(ちはる)さん。出

産前までランナーだった千美さんが提案したのが、昨年のこと。
美月さんは、最初は嫌だったけど、どんどん走れるようになって自信もついてきて今は嫌ではないとのこと。夏穂さんは「(最初は)えーっ」という感じだったそうです。達朗さんは以前走っていたこともあり、子どもと走れば運動不足解消にもなると賛成。
コースについてお聞きしました。「走りながら景色が見られるの、いいコースだと思う」と千美さん。「砂がいっぱいあって楽しかった」と夏穂さん。「あまり曲がる場所がなくてまっすぐ走れるし走りやすかった」と美月さん。

次回は5月7日(予)

「景色がいいのと四季が感じられるので、違う江ノ島の風景が見られるのは楽しい」と達朗さん。
家族みんなで参加して走る、いいですね。私もかつて家族で参加していたので懐かしくもあり嬉しくなりました。これからも楽しく走り続けていきたいな、と思います。(よしえ)