

— みんなのカプリッチオ —

# SART ランニングクラブ 2014 秋



上尾会場

川越会場



今年もマラソンシーズンの秋に上尾と川越の大会に参加しました。

メンバー全員完走、恒例の補給宴会で会話が弾みました。今回は埼玉医大の荒木さんに完走記を頂きましたのでご紹介します。

## 小江戸川越ハーフマラソン 完走記

埼玉医科大学病院 荒木智一

小江戸川越ハーフマラソン完走記を執筆させていただくことになりました、荒木智一です。私がマラソンを始めたきっかけは、健康維持と体力強化でした。そんな中、何かしら目標を持ってマラソンをしたいという気持ちと職場の上司の誘いもあって、初ハーフマラソンに参加したのが一昨年のことです。今年で3回目の小江戸川越ハーフマラソンとなりましたが、今年は今までと違い、私にとってとてもつらいつらい長旅となりました。

今年から川越マラソンは日本陸連に登録されたこともあり、例年にも増してたくさんの方でスタートは埋めつくされていました。緊張感に包まれつつ号砲が鳴り、ぞろぞろとスタートしました。最初のうちはお祭りのような雰囲気の中、小江戸川越の街並みを見ながら、また沿道の方々の温かい



川越 レース前

声援もあり、気持ちの良い走りでした。このまま楽しく Finish まで行けるかなと思い走っていた 10km 地点... 左膝に違和感を感じ始め、激痛になり、ついには歩いてしまいました。走ると痛みを感じ、一時はリタイアも考えました。そんな時、沿道の子供たちから「最後まで諦めるなー！ゆっくりでもいいから完走目指して頑張れー！」との声援を受けました。この声援をきっかけに、必ず諦めず完走してやるという気持ちに変わりました。最後は職場の上司・同期や同じランナーの支えもあり、何とか Finish することができました。



川越補給宴会♪

私にとって、本当につらいハーフマラソンでしたが、途切れることのない沿道の方々の温かい声援や同じランナー、職場の上司の支えがなかったら、完走はできなかったと思います。本当のことを言えばマラソンはつらいですが、それ以上に最後まで諦めない気持ちや完走した時の達成感、沿道の温かい声援を感じることでできる素晴らしいスポーツだとあらためて感じました。走った後の焼肉とビールは格別です。来年こそは、万全の状態でもた走りたいです。

## SART ランニングクラブ メンバー募集

近年、ランニングがブームになっております。

埼玉県内でも年間を通し多くのマラソン大会が開催されています。

このランニングクラブは、埼放技会員内でも時々一緒に大会に出場することがあり、せっかくならチームで走りませんか？—という趣旨で始めたクラブ。また「関心はあるけど一人で大会に出るのはちょっと・・・」という方もチームとして一緒に出場すれば完走の喜びを皆さんで分かち合えること必至です。

主な活動として、年1回程度メンバーで同じ大会に出場。

趣味の範囲で、以下のゆる～い内容で SART ランニングクラブの会員募集です。

### 「SART ランニングクラブ」

- 1：練習は各自自主活動
- 2：大会出場の際所属は「SART」と記載
- 3：出場後は走った分のカロリーをビールなどで補給宴会
- 4：連絡窓口

(肥沼 t-koinuma@sart.jp)



上尾補給宴会♪