

一関楽走会

2019年
3月号
No.536
発行責任者
佐藤 東
Tel.23-0101

3月3日・定期総会
蘭梅荘 11時から

第8回役員会開催

定期総会3月3日に決定

第8回役員会 2月6日



第8回役員会を2月6日(株)丸東工務店で行った平成31年度定期総会を3月3日(日)蘭梅荘で開催することとしました。

昨年は第34回走る仲間会岩手県交流会一関大会を7月1日平泉町に於いて、県内走友120名余の参加の下盛大に開催出来ました。これも会員皆様のご協力・ご支援の賜物と感謝いたします。

今年度は交流会に代わる事業として健康セミナーなどの企画を考えております。また、従来行事の見直し、2年任期の役員改選の重要な議題を持つ総会を3月3日(日)一関老人福祉センター蘭梅荘で開催することとしました。

総会に先立ちマラソンは蘭梅荘から東大橋折り返しコースを10時スタートで走りまします。

総会には会員の過半数の出席が必要です。会員をお誘いあわせ出席の上、今年度の事業を皆さんで決めたいと思います。

多くの会員の出席をお待ちしております。

平成31年度定期総会

- 一、日時 平成31年3月3日 午前11時
 - 二、会場 蘭梅荘(配志和神社隣)
 - 三、議題
 - ①平成30年度事業報告及び決算の承認
 - ②平成31年度事業計画及び予算案の承認
 - ③任期満了による役員改選
 - ④その他
- マラソン 10時蘭梅荘スタート
懇親会 蘭梅荘 正午から
会費 1000円

今年も勝田全国マラソン 走ってききました

1月27日

例年通り東会長、浅沼さんもエントリーしていたようでしたが、浅沼さんは参加せず、東会長とは会場で遭遇出来ずに、指定のスタートEポジションで30分ほど前から並んでいました。ホテルが会場近くの駅前で、レース前後の連泊なので、かなり身軽な支度で楽なスタート前です。

フルにしては遅めの10時30分スタート。午前中は風も無く日差しを浴びて気楽に走り出しましたが、なにせEポジションスタートラインまで4分半もかかってしまい、ちよつとやる気を削がれてしまいました。最近の実力ではそれ



も仕方ない事と納得せざるをえません。おかげで30Kくらいまでは楽に走りましたが、長距離の走り込みが不足しているため後半になるとスピードが落ちてきます。それだけでなく勝田のコースは30Kから37Kあたりは細かなアップダウンが続きます。午後になると風も出てきて寒くなります。必死に走る体勢を保ちながら、なんとかゴールしました。サブ4は無理でしたが、例年並みのタイムでした。

帰り際、知り合いが楽しみに待っている名物の乾燥芋の土産を物色中、2種類の芋の味の違いを聞いたところ「試食してみて」と。そう言われたもののが自分が好きで買うものでない上に、ゴール後の疲労のピークの時で口の中がカラカラ。やむなく硬く乾燥した大きな芋を2種類食うはめになったのはまいったしまいました。

売店の人はサービスのつもりでしょうし、こちらも口をきくのも面倒な感じで流れにのってしまいました。

試食品は面倒でも小さく切



り分けて干し芋のです。

フルの後は、私は足腰のダメージより胃腸のダメージの方が大きくなります。それぞれ個人差がありますね。

今回は3月16日の板橋シテイフルです。

次回 3月16日 板橋シテイフル

菅原 孝一 記

奥州水沢愛走会 40周年 記念誌発行



水沢愛走会40周年記念誌

昨年創立40周年を迎えた奥州水沢愛走会さん(会長千葉七郎)は記念誌を発行され当会にも同誌の寄贈がありました。

回覧中です。会の活動に参考になる分が多くありました。

事務局

2月例走会

2月3日(日)
役員会・総会開催の案内をしました。

参加者

- 小野寺卓司
- 菅原 東 千葉 健一
- 千葉 丈夫 佐藤 東
- 金田 真太郎
- 成田 頼大 浅沼 善治



2月例走会参加者

3月例走会

日時 3月3日(日) 6時30分
会場 河川敷トリムコース
午前10時から総会マラソン・総会ですが例走会もします。