

2013年度 関西実業団陸上競技連盟記録会

開催日:平成25年6月16日(日)

場所:ベイコム陸上競技場/尼崎

種目	名前	学年	記録	着順	備考
3000m	床呂 沙紀	1年	10分17秒03	4	自己記録 10分10秒71
	港 菜月	1年	10分42秒69	11	自己記録 9分49秒07
	尾崎 可南子	1年	11分43秒30	21	自己記録 9分47秒

【山本コメント】

6月のよく晴れた日の15時10分スタート、暑くて走りにくい気象コンディションの中でのレースであった。トラックレースとしては、前回の記録会から4週間ぶり。前回までは1500mのレース出場が中心だったが、駅伝の距離に対応していけるよう、今回はやや距離を伸ばして3000mに挑戦した。記録会の組分けにより、同等レベルの持ちタイムの大学生、高校生などの選手たちと競い合った。

床呂は最後まで先頭集団の中でレースを進め、自己記録に迫るタイムでしっかり走りきれた。港は、中盤以降に集団から遅れ、後半はややペースを落とした。尾崎は、ウォーミングアップ時に以前から違和感のあった太ももが強く痛み出したということで、序盤から苦しいレースになった。

今後も様々な大会に出場していくが、レースの内容、それに向けての準備段階のトレーニングを冷静に振り返り、今後のレースに向けての具体的な準備につなげてほしい。そうすれば、結果がよかった時もよくなかった時も、出場した意義は大きくなる。