

第5回大阪体育大学中長距離競技会

開催日:平成25年9月14日(土)

場所:浪商学園陸上競技場

種目	名前	学年	記録	着順	備考
5000m	床呂 沙紀	1年	17分29秒52	1 (7名中)	自己記録 17分43秒30 を更新
3000m	港 菜月	1年	10分18秒97	5 (24名中)	自己記録 9分49秒07

【山本コメント】

本競技会はナイター競技会として開催され、3000mは19時15分、5000mは19時35分スタートであった。やや蒸し暑さが残っていたが、まずまずのコンディション(気温27度、弱風)の中でのレースとなった。

床呂は、後半まで大きくペースを落とすことなく、7月に出した自己記録を約13秒更新してゴールした。夏のトレーニングの成果が出てきている。今後、もっと走りやすい気象コンディションとなるにつれ、さらに大きく記録を伸ばすことが期待できる。

港は、7月の記録会より約4秒速くゴールした。レース展開としては、先頭集団に食らいつく積極性がみられたのは良かったが、まだ本来の走力までは戻っていない。本来の走力が戻ってくれば、インカレに出場した3000m障害でも大幅な記録更新が期待できる。秋、冬の練習の積み上げを継続し、自己記録の更新につなげてほしい。

尾崎、山田は、怪我からの回復途上のため、エントリーを回避した。

関西学生対校女子駅伝は、2週間後に迫る。その後もトラックレース、ロードレースが続く。身近な目標と長期の目標の両方を常に意識して、ステップアップして行ってほしい。