

# 10000m記録挑戦競技会

開催日:平成30年11月24日(土)

場所:慶應義塾大学日吉陸上競技場

種目	名前	学年	記録	着順	備考
10000m	田中 愛里	4年	33分51秒03	2組18着 (33名中)	自己新記録 34分31秒65を更新
	高山 育実	4年	34分37秒85	2組25着 (33名中)	自己新記録 35分21秒00を更新

## 【山本コメント】

今大会は関東学連が主催する競技会で、10000mの好記録に挑戦することを目的としている。本学から、10000mの自己記録更新を目指して2名が出場した。

二人とも前半から積極的な走りで挑み、中盤から後半にかけてきつくなってきたところも最低限のペースダウンにとどめて粘り、ともに自己記録を大幅に更新した。ライバル校の選手たちと競い合うことでペースを維持できてこそ、お互いに良い記録を出すことができる。ライバルとともに力を引き出し合いながら、皆で好記録を出す気持ちで、速いペースに挑戦して行ってほしい。

10000mは距離が長い分、気持ちと体の力の発揮が上手にできないと、ゴールタイムの変動が大きくなる。気象コンディション、レースメンバー、ペース、自分の中身の変化など、レースが始まる前、レースが始まってからの様々な状況の変化に対応して、力を発揮できるようにならないといけない。このことは、駅伝レースでの区間の走り方にも直結する。他の選手も含めて、10000mのレースへの積極的な挑戦を促していきたい。