

## 夏期練習会の報告

副会長 増田 皓三  
男子駅伝監督 北垣 章  
女子駅伝監督 桜庭 由紀子

7月9日(土)～7月10日(日)、兵庫県香美町及び豊岡陸上競技場において夏期練習会を開催しました。

コロナ禍の中、人数を限定して2日間、秋のトラック、ロードに向けて充実した練習を行うことが出来ました。その内容をご報告します。

日時 7月9日～7月10日午前  
場所 1日目 香美町 2日目 豊岡陸上競技場  
参加者 10名 スタッフ4名  
実施内容 1日目 20kロード走 2日目 12000Mペース走

1日目 ロード走スタート前

20k スタート



日本海を背景に

リズムカルにペースを刻んでいきます



1日目はスタッフも選手で走ります



お互いに走りがやや重い



日本海は曇りでおだやか



今晚の食事は山陰の海の幸



2日目 12000Mペース走 スタート



雨の中 走ります



最後の力を振り絞り



グリコのポーズでゴール!



コロナ禍前は総勢30名を超える人数で、マスターズ長距離合宿と称し実施してきましたが、2020年から今年で3回にわたり、大幅に規模縮小して有志で行なっています。

毎年、地元の豊岡陸上競技協会の方々から給水サポートをいただき、大変助かっております。また年一回の貴重な交流の場でもあり、このような練習会を通じ新たにマスターズ陸上を認知いただき新たなメンバーとして入会する方々もいらっしゃいます。

来年は何の規制も受けずに開催できることを祈念してご報告とさせていただきます。

以上

(文責) 北垣 章