

第308回

神奈川県・日本体育大学
横浜健志台キャンパス陸上競技場

9/23(土)

日本体育大学長距離競技会



日体大競技会に3名の選手が出場しました。
7月のホクレンディスタンスチャレンジ大会で
良いレース内容をもせていた花野選手が
5000mで15分台の好記録を出して自己ベストを更新しました。
佐々木芽衣選手、鈴木選手も今後に繋がる走りでした。



3000m6組



鈴木樺連選手 **8位** 9分33秒68

今季の初レースとなりました。
前半シーズンは試合に出られなかった悔しさがあったので、
目標タイムで走れたことは良かったです。
ただ、スタートで出遅れてしまったことで大きく外側を走る
ことになるなどロスがあったので改善していきます。
プリンセス駅伝まであと1ヶ月ほどとなったので、
しっかり状態を上げて出走できるよう頑張ります。
応援ありがとうございました!!



5000m3組



花野桃子選手 **2位** 自己新記録 15分57秒94

今回のレースは、駅伝に向けて中間から粘ることを課題として臨み
ました。
先頭集団の前方でレースを進め、いつもきつくなる中盤から後半に
かけてもペースを落とさずに走ることができました。
ラストの切り替えができなかったため、そこを課題として練習の中
で取り組んでいきます。
今回、初めて15分台を出して自己ベストを5年ぶりに更新できた
ので、今後は更に上をめざしていきたいです。
駅伝に向けてもう一度練習を積み、万全な状態で臨めるように
頑張ります!
応援ありがとうございました。

笑顔でゴール



佐々木芽衣選手 **11位** 16分24秒04

レースを迎えるまでの過程で貧血になったこともあり、
思うように練習で走れない日々が続いていましたが、
スタートラインに立つからには、今できる精一杯の走りに
集中しようと心に決めて走りました。
タイムとしてはまだまだ満足いく結果ではありませんが、集団の
中での我慢や駅伝を想定して、前の選手を追う走りができたことは
今後に繋がる走りができたと思います。
今回の良かった点や、課題をしっかりと整理し、
ここからの1ヶ月間で少しでも良い状態で駅伝のスタートラインに
立てるように、1日1日調子を上げる意識をもって
取り組んでいきます。
今後も応援よろしくお願い致します。



応援ありがとうございました!!



日立女子陸上競技部事務局

