

令和6年度 第1回 世田谷陸上競技会

4/6 (土) 東京都・世田谷区立総合運動場陸上競技場



小井戸選手と佐々木瑠衣選手が今年度の初戦に挑みました。
2人ともに積極的なレースで上位争いをを行い、
今後につながる走りをみせてくれました。



小井戸 涼 選手

3000m **3位/29名 9分23秒84**

今回のレースでは9分20秒前後のタイムを設定して走りました。シーズン初戦でレースのイメージを作りにくい部分はありましたが、苦手なスピードやその他の課題も見つけ次戦の金栗記念陸上(4/13)の5000mに繋がる走りができました。

ギリギリではありましたが最低限のタイムはクリアできたので、怪我に気を付けながら1レース1レースを積み重ね自分の目標を達成していきたいと思います。応援ありがとうございました！



佐々木 瑠衣 選手

3000m **5位/29名 9分26秒60**

シーズン初戦なのでレース感覚を戻していくことと、きつい場面ですっかりと動かすことで次の5000mに繋げる走りをするを目的として出場しました。前半、積極的に挑戦できたことは収穫でしたが、後半は課題の残るレース内容となってしまったので、そこをしっかりと修正して次のレースに臨みたいと思います。

いよいよシーズンに入り、ここからレースが続いていくので一回一回挑戦と修正を繰り返しながら目標を達成していけるように頑張ります！今年度も応援よろしくお祈りします！



応援ありがとうございました！

