

# ホクレン・ディスタンス 7/12 土

## チャレンジ2025 千歳大会

千歳市青葉  
陸上競技場



中川・矢内選手、次に繋がるレースを見せる



花野選手、復調の走りでセカンドベスト！

北海道内を転戦するホクレン大会の第3戦、千歳大会に3名の選手が出場しました。

この時期としてはとても涼しい中で開催された今大会の3000mA組では、4月の入社後から4戦連続で自己記録を更新している中川選手が出場しました。序盤はほぼ外国人選手で形成する先頭集団から少し離れた集団を先導する形で自己記録の更新も可能なペースでレースを進めました。中盤以降は集団の中から抜け出せず、そのままの流れでゴール。5戦連続の自己記録更新はなりませんでした。ホクレン大会最終戦(7/19網走)に向けて出場した今回のレースで、しっかりと身体に刺激が入ったことで網走大会の5000mでは初の15分台を狙っていきます。

3000mB組に出場した矢内選手も、ここ2戦は連続で自己記録を更新しており、3戦連続の更新をめざしていました。スタート直後から集団の先頭付近で積極的にレースを進めましたが、序盤に力を使ってしまい、後半は考えていたよりもペースアップをすることができませんでした。それでも後半の落ち込みを最小限に抑え、前半の積極的な部分も含めて今後に繋がるレースを見せてくれました。

5000mA組に出場した花野選手は外国人選手が8名出場したハイペースで進むレース展開にも序盤はしっかりと対応し、4名の選手が14分台でゴールする超ハイレベルなレースの中、

中盤以降も粘りに粘って自身4度目の15分台。セカンドベスト記録で復調の走りを見せてくれました。

女子3000mA

9分22秒62 16位/26名

中川  
千愛  
選手



今回は来週のホクレン網走大会で5000mで記録を狙う為に、ピーキングの流れの中で大きな刺激を入れるという位置付けで挑みました。レースの中のきつい場面でも耐えていく事を目的としていましたが、最初から外国人選手の先頭集団につくという積極的な走りができず中盤以降、後続集団に追いつかれてからリズムに乗れず、きつい場面での粘りも足りなかったと思います。追いつかれてからリズムを合わせて立て直し、もう一度上げていくことができるようになれば記録は良い方へ変わっていく、トップレベルのレースへチャレンジできるようにもなってくるので、ここからの一週間でスピードに磨きをかけてキレを作る事と周りの選手とリズムを合わせて余裕を持って走る事、きつい場面で粘るイメージを持つ事に取り組んで調整していきます。次回のホクレンは15分台を出します。応援ありがとうございました。来週のホクレンの応援もよろしくお願い致します。



女子3000mB

9分45秒95 15位/25名



矢内  
楓恋  
選手

今回の3000mのレースでは挑戦する意味でも、これまでのレースの中で一番速いペースで最初の1000mまでは先頭でレースをしました。1000m以降は徐々にペースが落ちて先頭から離れてしまい、結果として不甲斐ないレースとなってしまいました。課題であるスピードやフィジカルの弱さに対して、この夏の強化期間に徹底的に取り組み、秋以降の駅伝に向けて力をつけていけるよう日々のトレーニングに精一杯励んでいきます！ライブ配信や現地での応援ありがとうございました。



セカンドベスト！  
女子5000mA  
15分55秒42 20位/25名



花野  
桃子  
選手

今大会では5000mに出場しました。前半は積極的に走れましたが集団から離れた後に大きく力を使ってしまい、中盤からは耐えることで精一杯でした。それでも挑戦する走りができてセカンドベストでまとめられたので、次の網走では自己ベストを目指して頑張ります。応援ありがとうございました。



応援ありがとうございました！