



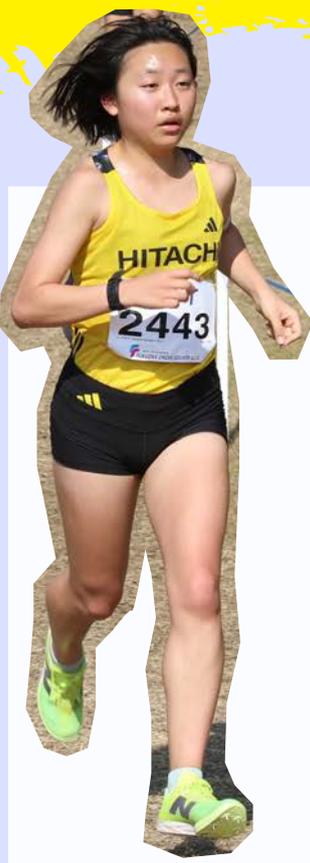
アジアクロスカントリー選手権大会の選考会を兼ねた日本選手権クロスカントリー大会が福岡県福岡市国営海の中道海浜公園の特設コースで開催され、シニア女子10kmの部に中川選手が出場しました。中川選手は昨年10月のプリンセス駅伝で1区区間賞を獲得した際に負った故障がようやく癒え、1月に入って走り始めたばかりです。まだレースで戦える身体には仕上がっておらず苦しい走りとなりましたが、2026年度に向けて大きな一歩を踏み出しました。



福岡県 国営海の中道海浜公園クロスカントリーコース

第109回
日本陸上競技選手権大会
2.21[±] クロスカントリー競走

中川 千愛選手
シニア女子 10km
42位/46名 38分24秒



基礎構築期間中であり、脚づくりの一環という目的で取り組みましたが、全く想定外の走りとなってしまいました。走れなかった要因を自分ではわかっているの、まずはしっかり練習を継続させて状態を安定させるようにしていき、上半身との連動ができずに脚だけで走ってしまっていることや、股関節周り、体重の乗せ方など、多くの問題点を改善していけるように、自分の中でルーティンを作ってトレーニングを積んでいきます。色々な状況から今シーズンの計画は変わりましたが、来シーズンに向けた準備の期間にしています。来シーズン、まずは日本選手権への出場。そして世界で戦える選手としてトラックでも世界に通用する事を証明できるように、思考的な部分でもこの1年で自分自身を成長させていけるように、ベーストレーニング期にしています。今回は不甲斐ない走りでしたが、多くのサポートをしていただいていることでここまで戻って来る事ができました。遠くまで駆けつけてくださった方々をはじめ、たくさんの応援をありがとうございました。チームとしては二週間後に名古屋ウィメンズマラソン、そして約1ヶ月後にはトラックシーズンに入っていきます。各地で試合がありますのでこれからも日立女子陸上部の応援をよろしくお願いいたします。



応援ありがとうございました！