

主催 新日本体育連盟横浜市連盟・新横浜月例マラソン運営委員会/後援 横浜市教育委員会

連続50回の賞をいただいた No.504 浅野 茂

9月の例会ですっきりとした賞品をいただきありがとうございました。思い出すと86年1月から月例湘南マラソンに参加その年の夏、よこはま月例から暑中見舞いをいただきそれではと8月から参加しただけですが連続はもちろん、通算の回数でも、よこはまが超越しました。

根岸の森林公園時代、初めはスタートの位置がわからず、間違った場所を待たせて10kmに乗り遅れたり、周回コース故本部の前を通るたびに止めようかと何度思ったことでしょう。それでも外人が来たりある時は外人のギャルが何人か来て楽しかったのが現在の新横浜は国際都市

にふさわしくなく、外人がいけないのは残念でなりません。でも湘南、横浜に足かけ5年通って多くの仲間ができ、10月7日の月例湘南マラソンでは横浜の花、裕子・満里子、両田中嬢にあげまされ30kmを完走できました。この経験を生かし、横浜でフルマラソンが行われたらぜひ完走したいと思えます。近い将来、月例川崎マラソンへも参加したいと思っています。

そして私がそうであったように湘南と川崎から仲間をこの横浜に集め、もっと月例マラソンを盛り上げたいと思います。そして次の連続賞を目標に更になんばやりたいとファイトをもちやしております。

はぐろま

金属情報機器労組エヌシーアール支部

毎年八月になると必ず思いつくのが広島、長崎そして戦争のこと。毎年各地で反核平和の諸行動がくりひろげられていくが、神奈川県ではランナーによる反核・平和を訴える「神奈川県縦断駅伝」(川崎→箱根)が八月五日(日)た第一区間の走者たちを待ちに行なわれ、私も参加してきました。

スポーツは平和と共に 「神奈川県反核平和駅伝」に参加して

蒲田部品課 嶋田秀尚

横浜〜平塚間 三十九キロ走る

川崎からの八名がゴールし、こんどは横浜からの私を含めた七名が戸塚中継点に向けてスタートです。胸には「核兵器廃絶、米空母母港撤回、新日本体育連盟神奈川」のゼッケンをつけて縦一列になって国道ぞいの歩道を走りつづけて行く人に訴えます。

登りや下り坂、歩道には段差が続く、駐車があたりで走りにくい。やがて気温は上昇し、全身汗びっしょり。要員による途中の給水はありがたい。

戸塚中継点を過ぎ、藤沢市役所には約二時間半後に到着。約二十一キロの走行距離。

藤沢でやめようと思っただけで、藤沢スタートの人の中に顔見知りのAGS社の五十嵐さんがいるではないか。一緒に平塚まで走り続けることにしました。

藤沢、茅ヶ崎、平塚の各市は非核平和宣言都市でもあり今回の駅伝に後援し、各市長からは連帯のメッセージが寄せられていました。

藤沢からは小中学生や女性ランナーなど二〇名ほどが加わり、ゆっくりペースでしたが、次第に気温は上がるし、疲れてくるし、無口の列が続いておりがたいことですね。

(新体連のスローガン)。平和

国連平和協力法(案)に反対を

ケンをつけて縦一列になって国道ぞいの歩道を走りつづけて行く人に訴えます。

スポーツ、きみが主人公

新体連刊行物

スポーツのひろば

月刊誌 定価400円(〒50円)
年間購読5300円(〒各)

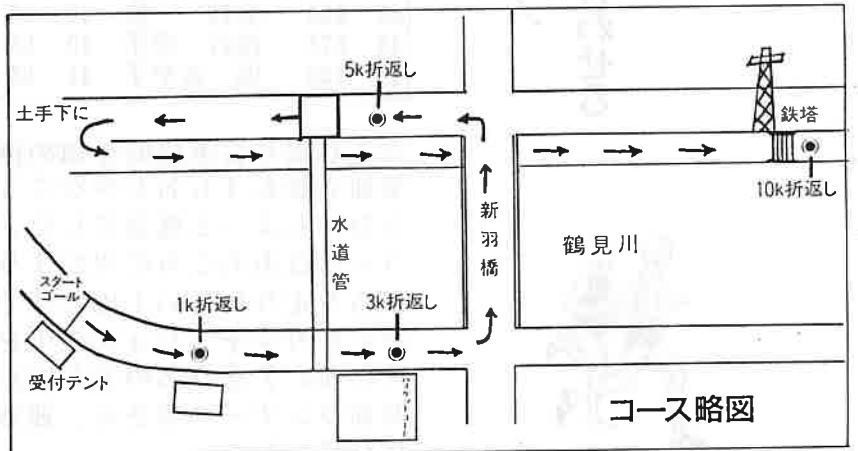
「スポーツのひろば」は、スポーツ愛好者やクラブそして指導者の関心にこたえ、実際の技術向上や指導に役立つ企画を編集の柱においた「スポーツとあなたを結ぶ」総合スポーツ誌です。

「スポーツのひろば」は、スポーツに関する諸問題を意欲的に解剖し、スポーツの正しい発展方向をさし示す、「スポーツ活動の友」です。

毎月第3日曜日 午前8時スタート

種目	1km	3km	5km	10km
受付	現地にて 午前7時から			
スタート	1km/8:00	3km/8:10	10km/8:30	5km/9:20
参加費	500円(初参加は1000円) 小、中学生は300円			
ゼッケン	主催者が用意します。(生涯ナンバー)			
記録表彰	参加者全員に記録証。10、20、30回以上連続賞。			

次回は第117回 **11月18日**





新横浜月例マラソン

第117回
'90年11月18日

主催 新日本体育連盟横浜市連盟・新横浜月例マラソン運営委員会/後援 横浜市教育委員会

第116回 全コース(19km)
完走合計タイム

- 548 安斎 正雄 1.13.28
- 645 柳下 昇一 1.13.54
- 448 浅輪 忠士 1.20.19
- 853 大野 光治 1.21.54
- 763 菅野 寛雄 1.21.58
- 756 高比良美義 1.22.14
- 852 亀井 隆 1.24.19
- 880 岡 順二 1.25.11
- 587 前田 克博 1.27.07
- 582 田中 千晶 1.28.16
- 659 小野寺和一 1.34.15
- 801 内野 光子 1.37.47
- 773 松田 秀雄 1.39.51
- 749 星野 恒治 1.42.26

区間	距離	メンバー	タイム
1	10 ^K	安斎 正雄	36'53
2	5 ^K	平林 美	27'37
3	4 ^K	藤本 貴	14'59
4	8 ^K	藤本 倫一	31'10
5	6 ^K	田代 直子	36'22
6	9 ^K	田中 敏夫	37'40
計	42.195	(54名)	3'04'41

今年も走ろう
新体連

第18回 新春マラソン大会

と き 1991年1月13日(日)雨天決行
と ころ 多摩川サイクリングコース(川崎市)
種 目 (30Km)
①男子 ②女子 (10Km)
③一般男子 ④一般女子 ⑤高校男子
⑥高校女子 ⑦40才代男子
⑧50才代男子 ⑨60才代男子
⑩70才代以上男子

※年齢は、大会時の満年齢とする※
出発時間 ①30Km 10時30分
②10Km 10時50分
受付場所 古市場小学校
※受付は、8時30分より、出発時間
30分前までに行うこと
参加費 2000円(但し高校生は1500円)
受付期間 11月1日~12月1日 当日消印
申込先 〒220横浜市西区高島2-9-13
新日本体育連盟神奈川県連盟・新春
マラソン大会係 電話 045-441-2528
Fax 045-441-2529

10月28日(日)川崎
市・多摩川サイクリン
グコースで行なわれた
河原敏夫、私たちが月
例からもチームを編成
して参加を志した。
成績は別表の結果とし
たが、昨年は三千人
の参加だったのが、一
千人のみになつてし
まつた。ちよつと残念
な参加メンバーの皆さ
ら、お疲れさまでした。
一度参加するだけでも
きになるというけれど
は、来年の種別取
組、河原敏夫に多数の
参加を期待していきま
す。

12回 河原敏夫
参加数更新 81人参加

河原敏夫は昨年6千
一人参加して、過去
の記録を更新した。
が、今年は更に増え
ました。国際的にも
人気上昇中。今後の
成果を期待します。
優勝記録。
男子・日本農工医大 A
2・22・41
女子・不忍池 AC
2・46・44

スポーツ、きみが主人公
新体連刊行物

スポーツ ひろば

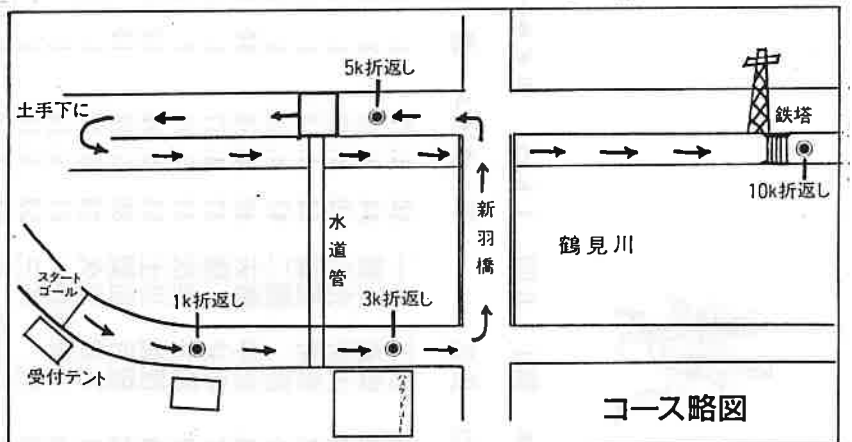
月刊誌 定価400円(千50円)
年間購読5300円(千5)

「スポーツのひろば」は、ス
ポーツ愛好者やクラブとして指導者
の関心にこたえ、実際の技術向上
や指導に役立つ企画を編集の柱に
おいた「スポーツとあなたを結ぶ」
総合スポーツ誌です。
「スポーツのひろば」は、ス
ポーツに関する諸問題を意欲的に解
明し、スポーツの正しい発展方向
をさし示す、「スポーツ活動の友」
です。

毎月第3日曜日 午前8時スタート

- 種 目 1km 3km 5km 10km
- 受 付 現地にて 午前7時から
- スタート 1km/8:00 3km/8:10 10km/8:30 5km/9:20
- 参加費 500円(初参加は1000円) 小、中学生は300円
- ゼッケン 主催者が用意します。(生涯ナンバー)
- 記録表彰 参加者全員に記録証。10、20、30回以上連続賞。

次回は第118回 12月16日





新横浜月例マラソン

第118回
'90年12月16日

主催 新日本体育連盟横浜市連盟・新横浜月例マラソン運営委員会/後援 横浜市教育委員会

90月例をふりかえって
皆さんと共に一つの発展を

九〇年代の幕あけ、世界の動きは凡響を奏せ、激激の時代のもの……と一月に親しみましたが、私たちが取りまく環境は自然と社会とも、増々その度合を強めていっているようです。季節はずれに冬、なのに異常な暖かさ、台風あり、雷雨ありの秋、山に雪も少なく走るの気も感じられぬ。

一方では東欧の激変から中東の窮乏に情勢と狭くなかでの日本政府の主体性のなごにみられる生活への不安。

そんな中でのスポーツ活動が、状況と無関係ではいられません。各種スポーツ大会での冠の横行は、本来スポーツが持つ、対等・平等・フェアプレイの精神の汚染・変質につながる最たるものとも思われます。

私たちが楽しく、生き生きと自分のスポーツ活動を続け、健康で文化的な社会生活を営むことが、一人一人の夢・希望を大切にしたい、大きく育みたいと思います。

この一年の月例を振り返る。

第117回 全コース(19km) 完走合計タイム

448	浅輪 忠士	1.16.24
808	下野 興	1.16.51
756	高比良美義	1.22.26
880	岡 順二	1.22.51
861	真下 守之	1.23.08
824	山内 正敏	1.25.53
659	小野寺和一	1.29.23
648	田中 敏夫	1.30.37
801	内野 光子	1.31.24
582	田中 千晶	1.31.25
504	浅野 茂	1.36.59
894	沼田 早苗	1.38.11
583	田中 裕子	1.44.39
649	田中 満里子	1.44.47

参加者の増加にたいして、新体連運動を推進させることには困難があると思えます。

反省するところの多いのが、新たな総躍の舞がなげけでもありません。ランニングを愛好する仲間が増えつつあり、

参加者が増えつつあり、参加者が増えつつあります。

様々な弱點を抱えてはいませんが、一人一人の協力を大切に、皆さんの協力で克服して一歩の発展をさせようではありませんか。

九一年と元気があふれる一年になりますように。

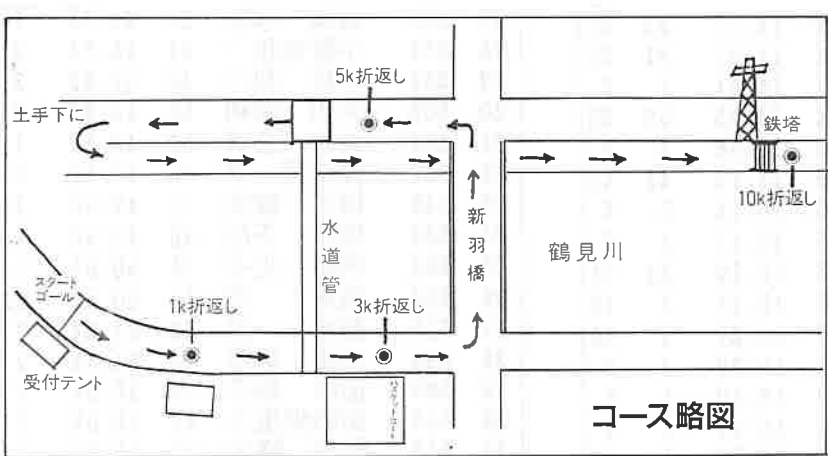
スポーツ、きみが主人公
新体連刊行物

スポーツのひろば

月刊誌 定価400円(〒50円)
年間購読5300円(〒500)

「スポーツのひろば」は、スポーツ愛好者やクラブそして指導者の関心にこたえ、実際の技術向上や指導に役立つ企画を編集の柱においた「スポーツとあなたを結ぶ」総合スポーツ誌です。

「スポーツのひろば」は、スポーツに関する諸問題を意欲的に解明し、スポーツの正しい発展方向をさし示す、「スポーツ活動の友」です。



毎月第3日曜日 午前8時スタート

種目	1km	3km	5km	10km
受付	現地にて	午前7時から		
スタート	1km/8:00	3km/8:10	10km/8:30	5km/9:20
参加費	500円(初参加は1000円) 小、中学生は300円			
ゼッケン	主催者が用意します。(生涯ナンバー)			
記録表彰	参加者全員に記録証。10、20、30回以上連続賞。			

次回は第119回 1月20日

主催 新日本体育連盟横浜市連盟・新横浜月例マラソン運営委員会/後援 横浜市教育委員会

新横浜月例マラソン連続30回受賞に思う

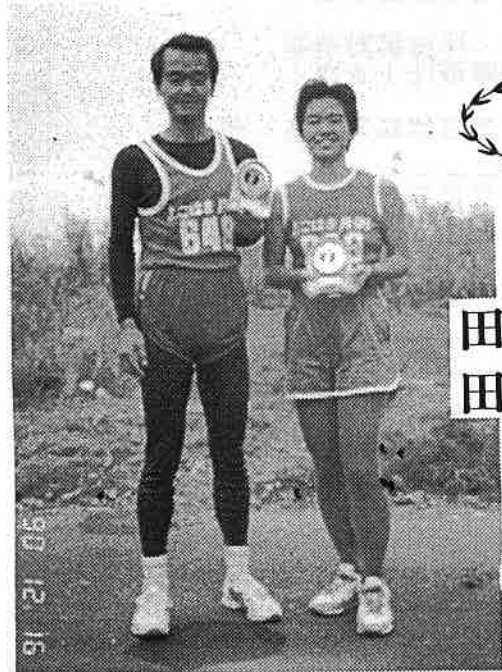
ゼッケン：648
田中敏夫

「走る」ということに全く縁のなかった私が、会社の駅伝大会で「どうしてもメンバが一人足りない」「形だけでもよいから出てほしい」としつこく半ば強制的に責められ、シブシブ走ることになってから約3年半たった今、ジョギングの世界になぜかどっぷりと身も心も浸りきってしまった。

新横浜月例マラソンとの出会いも走り始めてから約1年後、妻の知人の誘いがキッカケで参加となった。

今回、連続30回の記念品をいただき、大変うれしく思います。自分でもよく続いたものと思う。気がついたら30回という感じである。月1回というのもいいことなのかもしれない。(今は、湘南月例マラソンにも参加しているので月2回)それ以上に、月例の皆さんの「今度、またネ」という、お互いの励ましも大いに奮起させられる。記録もわずかではあるが良くなっている。

今後、何年走ることができるかわからないが、体の動く限りジョギングを「友」としていきたいと、妻とも話し合っているこの頃です。



30回連続達成

おめでとう!

田中敏夫さん
田中満里子

ゼッケン：649
田中満里子

走るのも、早起きも苦しい私が、10月で連続30回を迎える事が出来ました。横浜ロードレースに参加したのがきっかけで月例の事を知り、次の月から参加させていただいています。

連続賞があると聞き、はりきった夫にひっぱられ参加しているうち、話す人も増え、参加する事が楽しくなり、早起きも苦にならなくなりました。

係の方、米長さんをはじめとした皆さんから、多くの事を教えて頂き、タイムも少しづつですがよくなっています。ありがとうございます。

新横浜月例も、もっと、人数が増えると良いと思い、友達にも声をかけているのですが、一緒に行ってみようと言う人がなく残念です。

これからも、出来るかぎり参加するつもりですので、よろしく願いいたします。

健康で、安全に...
「平和なくしてスポーツは...」最近、私たちのまわりで走り過ぎによる故障の報告がチラホラ聞かれる様になつていきます。新聞でも、マラソンでの突然死という記事をよく目にします。

健康で、安全なランニングを心掛けていける月例です。年の始めに、初心心をえつて、一月の気くほりを心かげたいと思います。

「中東戦争即時停止を」を止めて、参加者の皆さんと共に、競走を楽しまゆとりをもつて、さわやかなランニングライフを創りましょう。今年もよろしくお預かりします。

それにしては不承な事件、中東戦争がつかいに始まりました。スポーツは平和の下で...平和的解決への努力が一層強く求められます。

スポーツ、きみが主人公
新体連刊行物

スポーツのひろば

月刊誌 定価400円(千50円)
年間購読5300円(千5)

「スポーツのひろば」は、スポーツ愛好者やクラブそして指導者の関心にこたえ、実際の技術向上や指導に役立つ企画を編集の柱においた「スポーツとあなたを結ぶ」総合スポーツ誌です。

「スポーツのひろば」は、スポーツに関する諸問題を意欲的に解明し、スポーツの正しい発展方向をさし示す、「スポーツ活動の友」です。

第118回 全コース(19km)
完走合計タイム

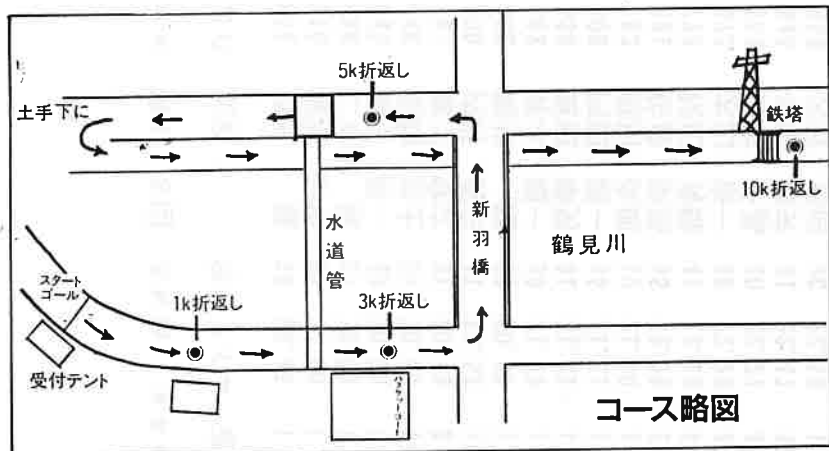
645	柳下 昇一	1.12.18
836	重田 幸男	1.16.07
448	浅輪 忠士	1.17.15
862	青木 順一	1.18.13
806	内田 誠一	1.18.41
852	亀井 隆	1.20.08
861	真下 守之	1.20.54
582	田中 千晶	1.22.30
773	松田 秀雄	1.24.53
648	田中 敏夫	1.25.37
801	内野 光子	1.31.11
659	小野寺和一	1.32.10
504	浅野 茂	1.37.26
649	田中満里子	1.41.41

毎月第3日曜日 午前8時スタート

種目	1km	3km	5km	10km
受付	現地にて 午前7時から			
スタート	1km/8:00	3km/8:10	10km/8:30	5km/9:20
参加費	500円(初参加は1000円) 小、中学生は300円			
ゼッケン	主催者が用意します。(生涯ナンバー)			
記録表彰	参加者全員に記録証。10、20、30回以上連続賞。			

次回は第120回

2月17日



新日本体育連盟 横浜市連盟

〒220 横浜市西区高島2-9-13
TEL 045(441)2528



新横浜月例マラソン

第121回
'91年3月17日

主催 新日本体育連盟横浜市連盟・新横浜月例マラソン運営委員会/後援 横浜市教育委員会

第120回 全コース(19km) 完走合計タイム

448	浅輪 忠士	1.23.28
861	真下 守之	1.23.31
773	松田 秀雄	1.26.11
824	山内 正敏	1.27.47
819	椿 善和	1.40.48
822	小川 幸司	1.45.24
812	中村七三男	1.48.51

われた、三浦市民マラソンの主な記録の一部分を、私たちの月例仲間が多数参加している大会とあります。上位者の中には男子ハーフ15位に南田達さん、女子ハーフ2位に若林さゆりさんとして男子5Kの5位に野川博司さん、5Kの5位に野川博司さんといふことができます。同じ月例の仲間が各地でがんばっているのを見れば、いかに走りやすい環境が整備されているかが分かります。

91三浦国際市民マラソン

野川博司さん(50歳) 五K 30分以上のトップ

月例の仲間 がんばっています。

右の記録は去る三月三日に行な

【ハーフマラソン男子】

順位	氏名	時間	所属	年齢
①	長田 千治	1:06:47	雪	30
②	原田 徹	1:08:30	雪	24
③	倉林 俊彰	1:08:46	日本電気	24
④	児之原博寿	1:08:56	日中米	20
⑤	大野 信明	1:10:07	沢市役	25
⑥	吉浜太郎	1:10:14	T T N E	27
⑦	宮島 晃之	1:10:18	上 溝 南	17
⑧	橋本 佳巳	1:10:44	B S 研 東	28
⑨	坂田 康弘	1:11:14	中フ	21
⑩	青木 栄	1:11:20	リ	20
⑪	松村 雅巳	1:11:23	東	21
⑫	泉山 栄治	1:11:26	県警第二機	31
⑬	戸田 正樹	1:11:42	関東学院	20
⑭	平井 光男	1:12:10	N T T 町	24
⑮	角田 進	1:12:14	関 電	42
⑯	平井 正訓	1:12:22	走 会	26

【ハーフマラソン女子】

順位	氏名	時間	所属	年齢
①	石渡 千里	1:23:31	久里浜	16
②	若林さゆり	1:25:27	サンデー	20
③	石井 完菜	1:26:00	久里浜	18
④	鶴野 紀子	1:26:07	浜中	28
⑤	小田あずさ	1:27:51	久里浜	18
⑥	稲村志津子	1:28:33	三浦なぎさ	30

【5K男子】

順位	氏名	時間	所属	年齢
①	須田 航	16:25	大 矢 部	15
②	山口 智昭	16:37	上 郷	16
③	常磐 信欽	16:43	梅 田 市	15
④	高橋 洋一	16:46	逗 子 役	27
⑤	野川 博司	16:53	鶴 見 走	41
⑥	安藤 誠志	17:16	三 浦	13

参加したレースの感想などを寄せていただければ幸いです。もちろん、自分のペースをコントロールし、自分のペースをキープし、是非の二要素を交流の場にし

4月は毎週どこかで 正に新体連月間

季節の変わり目、体調に留意して、ランナーとして、又は選手協力として、多数の方の参加を期待しています。

原稿募集
月例の感想、提案、希望などまた、各地の大会参加の完走記、日頃の練習について...
etc
締切りは月末までに下記宛に
どんどん送ってください。

- 4月21日 新横浜月例マラソン
- 4月22日 横浜駅伝大会(キ3回)
- 4月23日 細島・鶴見川サイクリングコース
- 4月24日 七区間・四二・一九五km
- 4月25日 申込×切 四月五日、消印有効
- 4月26日 参加費 七、〇〇〇円
- 4月27日 湘南月例マラソン
- 4月28日 横浜ロードレース大会(キ9回)
- 4月29日 細島・鶴見川サイクリングコース
- 4月30日 20K・10K・5K(年代別あり)
- 申込×切 三月二十五日消印有効
- 参加費 二、〇〇〇円

今日はまた、袖ヶ浦川マラソンと重なって、月例メンバーも何人か参加されるようです。健康を期します。

スポーツ、きみが主人公
新体連刊行物

スポーツひろば

月刊誌 定価400円(〒50円)
年間購読5300円(〒50)

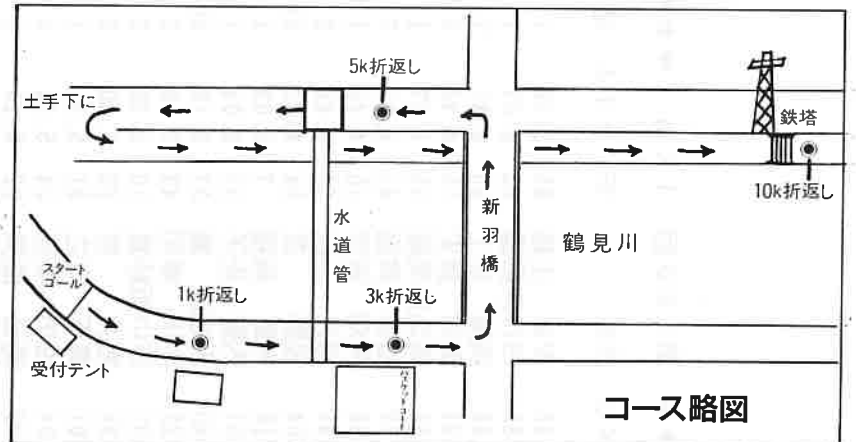
「スポーツのひろば」は、スポーツ愛好者やクラブそして指導者の関心にこたえ、実際の技術向上や指導に役立つ企画を編集の柱に「スポーツとあなたを結ぶ」総合スポーツ誌です。

「スポーツのひろば」は、スポーツに関する諸問題を意欲的に解明し、スポーツの正しい発展方向をさし示す、「スポーツ活動の友」です。

毎月第3日曜日 午前8時スタート

種目	1km	3km	5km	10km
受付	現地にて 午前7時から			
スタート	1km/8:00	3km/8:10	10km/8:30	5km/9:20
参加費	500円(初参加は1000円) 小、中学生は300円			
ゼッケン	主催者が用意します。(生涯ナンバー)			
記録表彰	参加者全員に記録証。10、20、30回以上連続賞。			

次回は第122回 **4月21日**





新横浜月例マラソン

第122回
'91年4月21日

主催 新日本体育連盟横浜市連盟・新横浜月例マラソン運営委員会/後援 横浜市教育委員会

参加費 32000円 (2泊5食)

コース レベルアップコース
初級者コース

講師 有吉 正博さん
(東京学芸大助教、同大学陸上部監督)

所 国立公園・伊豆熱川温泉
東伊豆町クロスカントリーコース
リフトパレス武蔵野
鳥井 健次さん
(ランニングセンター事務局長)

日時 5月3日(5日)

伊豆箱取ランニング研修会

午後1時現地集合、正午現地解散

第121回 全コース(19km) 完走合計タイム			
861	真下 守之	1.23.08	
632	酒井 浩次	1.27.18	
583	田中 裕子	1.37.20	

2月で満10年を迎えた例会ですが、細々ながらも続ける理由の想い出や、将来の発展的発展を展望しながらの期待を込めて、さらさら陽気な雰囲気の中で、記念行事として企画されます。雨でもテントの中で汗行へたぎりのを複数用意しております。参加費格定、その御期待。

5月例会のあとで、バーベキュー大会開催の11月例周年記念!!

第9回湘南陸上競技大会

日時 5月12日 午前9時半~
所 藤沢市・県立体育センター
(小田急線善行駅・徒歩5分)

種目 一般男子・女子
100m・200m・400m・1500m
5000m・400mリレー・800mリレー
走高跳・走幅跳・砲丸投
少年(小中学生)男子・女子
50m・100m・1500m
壮年(40歳以上)男子・女子
100m・500m

参加費 一般・壮年 800円(2種目)1000円
1/2チーム 2000円
少年 500円(2種目)700円
×切 4月25日

例年、雨に悩まされ続け、横濱駅は、今年もロードレースは、お天気の悪さから、悪事終了。次は3回を迎える。横濱駅は、今年も参加者が増え、今回は一ニチームがエントリーした。大会成功のためには、大会成功のためには、天気が心配ですが、多数の運営委員の確保が必要とされています。月例研修の皆さん、おかげ、要員として参加できるようにお力をおかけします。御協力をお願いします。

スポーツ、きみが主人公
新体連刊行物

スポーツのひろば

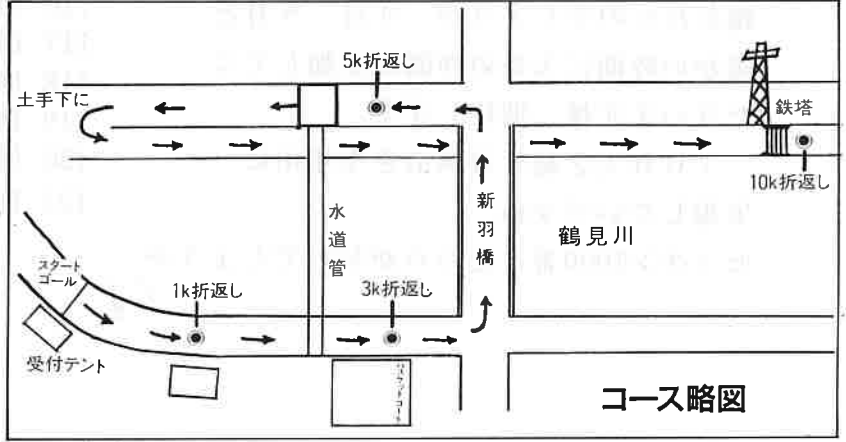
月刊誌 定価400円(〒50円)
年間購読5300円(〒5)

「スポーツのひろば」は、スポーツ愛好者やクラブそして指導者の関心にこたえ、実際の技術向上や指導に役立つ企画を編集の柱に「スポーツとあなたを結ぶ」総合スポーツ誌です。
「スポーツのひろば」は、スポーツに関する諸問題を意欲的に解明し、スポーツの正しい発展方向をさし示す、「スポーツ活動の友」です。

毎月第3日曜日 午前8時スタート

種目	1km	3km	5km	10km
受付	現地にて 午前7時から			
スタート	1km/8:00	3km/8:10	10km/8:30	5km/9:20
参加費	500円(初参加は1000円) 小、中学生は300円			
ゼッケン	主催者が用意します。(生涯ナンバー)			
記録表彰	参加者全員に記録証。10、20、30回以上連続賞。			

次回は第123回 **5月19日**



主催 新日本体育連盟横浜市連盟・新横浜月例マラソン運営委員会/後援 横浜市教育委員会

'91横浜ロードレース大会

4月14日 鶴見川(新横浜)

男子・20km (完走) 310名	
8位	柳下昇一 1'05'35
166位	佐藤伊茂 1'26'36
60代・10km (完走) 22名	
9位	小野寿和 44'55
女子・10km (完走) 36名	
3位	望月由賢 46'10
男子・5km (完走) 110名	
9位	香田寛明 18'33
18位	山形 勲 19'15
26位	内野英夫 19'44
女子・5km (完走) 51名	
5位	内野光子 21'15
高校・5km (完走) 6名	
3位	田中貴紀 21'28

4月 新体連 大会記録

4月は毎週どこかで、新体連の月例と大会が南催されました。昨年

は雨のしどろもどろで、5月は好天に恵まれ、参加者も増え

成功裡に終えました。月例の仲間の参加者

記録を格下みされた。外にも多数の参加者がいらした様です。確認もなされずおまわりの高比良さん、西原さん、はじめの方ごめんなさい。

次回横浜駅伝 4月28日 新横浜走友会チーム成績

1区	10km	秋本倫一	42'16
2区	3km	藤川	11'26
3区	5km	竹村	21'25
4区	8km	亀井	34'49
5区	3km	小柳洋一	11'29
6区	5km	藤川	19'07
7区	8.18km	秋本倫一	39'42
TOTAL: 42.18km [67位] 3'00'44			

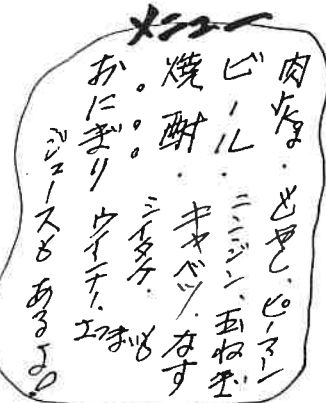
3月例会は、各地のレノスにも重なり、最近一年間の最少参加者だったのが、4月は初参加者も予想外に多く、更にこのハハ名が参加してくれたました。これをきってかけ、一

たいと思っております。エエ、先月の予告の通り今日の例会後、

多量の参加をお待ちしております。

今日はバーベキュー大会 多数の参加を期待しています 申込は受付まで 参加費大人500円、小学生300円

月例のあと、公園内で



月例10周年記念のバーベキュー大会を開催予定です。心配な天気も好天の確率は、さゆがかなる外でのレースの後のはじめを及ぶ。おはようございます。

乙います、短時間でもOK、楽しい交流をさせていただきます。

今年も反核駅伝に参加者も募ります。参加者も募ります。私達は今年も駅伝も行ないます。

スポーツ、きみが主人公 新体連刊行物

スポーツひろば

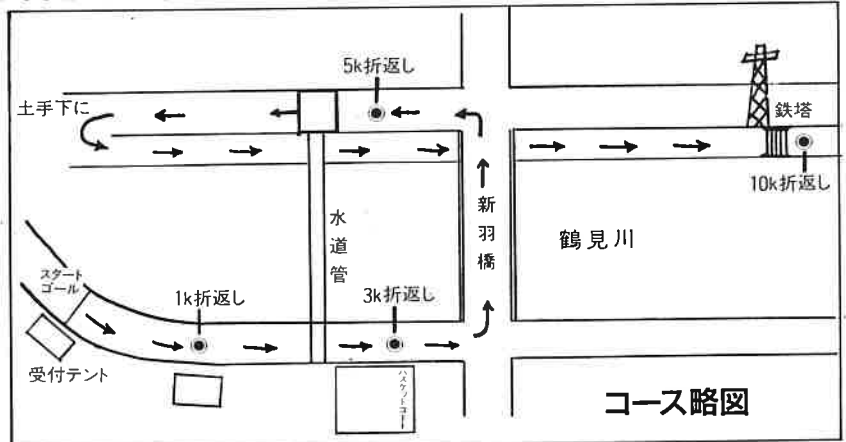
月刊誌 定価400円(千50円) 年間購読5300円(千53)

「スポーツのひろば」は、スポーツ愛好者やクラブそして指導者の関心にこたえ、実際の技術向上や指導に役立つ企画を編集の柱においた「スポーツとあなたを結ぶ」総合スポーツ誌です。「スポーツのひろば」は、スポーツに関する諸問題を意欲的に解明し、スポーツの正しい発展方向をさし示す、「スポーツ活動の友」です。

毎月第3日曜日 午前8時スタート

種目	1km	3km	5km	10km
受付	現地にて 午前7時から			
スタート	1km/8:00	3km/8:10	10km/8:30	5km/9:20
参加費	500円(初参加は1000円) 小、中学生は300円			
ゼッケン	主催者が用意します。(生涯ナンバー)			
記録表彰	参加者全員に記録証。10、20、30回以上連続賞。			

次回は第124回 **6月16日**



主催 新日本体育連盟横浜市連盟・新横浜月例マラソン運営委員会/後援 横浜市教育委員会



あつまい曇合に石川わりのありました。

いかがでした?!

パーベキエーの味は?

例会参加者の約半数の参加ありかとう。

次ノ23回月例のあ
と、月例ノ0年記念の
パーベキエー大会を行
ないました。最と心既
された雨となく、青空
の下でのパーテイは女
0名近くの参加を得る
なごやかな時を過ごし
ました。中にはパーテ
イだけに参加という人
んが集まりの良エだ。

第123回 全コース(19km)
完走合計タイム

548	安斎 正雄	1.18.40
861	真下 守之	1.23.05
786	花木 義彦	1.25.24
756	高比良 美義	1.26.36
800	内野 英夫	1.28.54
648	田中 敏夫	1.29.43
845	細野 勇	1.31.15
376	本間 敏朗	1.31.20
801	内野 光子	1.32.39
827	武田 清梅	1.32.52
582	田中 千晶	1.33.23
504	浅野 茂	1.37.51
583	田中 裕子	1.38.30
364	小林 利行	1.39.48

たかとも知らま
せん。始める
の企画準備
不足もありま
したが、今後
是例化も考え
ていませうの
より良い提議

お知らせ
とおめび

最近、連続賞到達者が
続出していませうが、賞
品のお渡しは遅れて

おありませうら、お寄
せ下さい。

スポーツ、きみが主人公
新体連刊行物

横浜ロードレースより

スポーツ ぴろば



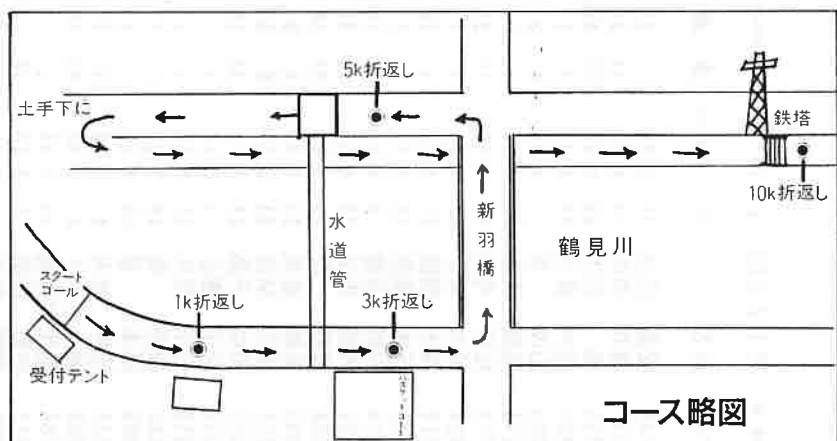
ズホーツのひろば
6月号に載った、
4月のロードレー
スのスナップ写真。
↑月例の仲間とバ
ツチリ(佐藤さん)
入賞にニッコリは
内野さん母子です。
(どろは浅井エリ子ではな)

ご迷惑をおかけしてい
ます。10回、20回
の賞についての、西物
在庫の関係がうまく調
整できていないことが
原因になつているよう
です。早急な手当てを心
かけていませうが、仲々
改善できません。
必ず軌道に乗せるま
の努力をいませうの
御理解をお願い致し
すとともに遅延をおめ
びするものとす。

毎月第3日曜日 午前8時スタート

種目	1km	3km	5km	10km
受付	現地にて	午前7時から		
スタート	1km/8:00	3km/8:10	10km/8:30	5km/9:20
参加費	500円(初参加は1000円) 小、中学生は300円			
ゼッケン	主催者が用意します。(生涯ナンバー)			
記録表彰	参加者全員に記録証。10、20、30回以上連続賞。			

次回は第125回 **7月21日**





新横浜月例マラソン

第125回
'91年7月21日

主催 新日本体育連盟横浜市連盟・新横浜月例マラソン運営委員会/後援 横浜市教育委員会

- 集合 8月4日午前七時半 川崎市役所前
- 参加費 千円
- スタート 午前八時
- 区間・受付
- 1区 川崎〜横浜
- 2区 横浜〜戸塚
- 3区 戸塚〜藤沢
- 4区 藤沢〜茅ヶ崎
- 5区 茅ヶ崎〜平塚
- 6区 平塚〜一宮
- 7区 一宮〜小田原
- 8区 小田原〜湯本
- 9区 湯本〜元箱根
- 10区 小田原駅

「核兵器廃絶 反核平和の心をつなぐ」 反核平和駅伝

主催 一九九一年神奈川 縦断反核平和駅伝 実行委員会

夏のトレーニングに注意

「スポーツのひろば」
8月号刊



鳥井健次

グアムでのマラソン大会中の死亡など暑さによる事故が起きている。七、八月の大会の開催は、主催者の一層の注意が必要であるが、参加するランナーも日常のトレーニングとレースでの心構えが大事である。できれば、北海道や涼しい高原でのレース以外は、参加をひかえたいものである。

日本の夏は一般に気温が高く、湿度も多いので長時間のランニングには不向きな季節である。生理的に言えば、温度が上昇すると発汗作用が活発になり、心拍数が高まる。しかし、湿度が七〇パーセントを超え、気温も二五度以上になると、逆に体の表面から水分が蒸発しにくい状態になる。

こういうコンディションの中では、マラソンなど激しい運動を続けることは無理である。特に中学生以下の少年少女や高齢者は、暑さなどに抵抗する力が弱いので気をつける必要がある。



1990.8.5 神奈川反核駅伝 参加者おめでとう

10月10日は 陸上競技大会 新日本体育連盟

スポーツ、きみが主人公
新体連刊行物

スポーツのひろば

月刊誌 (申込は市連盟まで)

「スポーツのひろば」は、スポーツ愛好者やクラブそして指導者の関心にこたえ、実際の技術向上や指導に役立つ企画を編集の柱においた「スポーツとあなたを結び」総合スポーツ誌です。

「スポーツのひろば」は、スポーツに関する諸問題を意欲的に解明し、スポーツの正しい発展方向をさし示す、「スポーツ活動の友」です。

水分補給を早めに

夏の汗は塩分を多くふくみ、ランニングなどで水分をとらないでいると日射病にかかりやすくなる。急性心停止を起こしたりする要因にもなりかねない。また、発汗によるビタミン、電解質の不足により、ふくらはぎや大腿のけいれんを起こしやすくなる。

それを防止するためには、水分を十分とることが大事である。それも走り出す前やのどの渇きを感じる前など、早め早めに水分をとることが大事である。

一般に体中の水分の三パーセントが汗として出す限界の量だといわれている。マラソンは、その三パーセントを出してしまうといわれているし、炎天下で走ると五パーセントの汗を出す場合があるともいわれている。

トラックや周囲コースでは、水分補給できる水筒などを用意し、ロードでは、百円玉を二〜三個持ち、自販機を利用し、小まめな水分補給が必要である。

炎天下では走らない

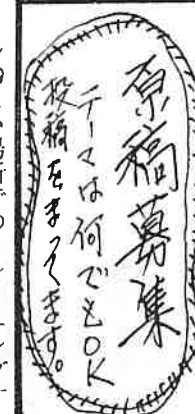
練習時間は、直射日光の強い間は避け、早朝や夕方の方の涼しい時間にする。炎天下では体力の消耗が激しく、練習の効率も悪くなるから、公園や林の中の木陰や風通

しのよい場所でのトレーニングすることが大事である。

練習量は、シーズン中よりも六〇〜七〇パーセントぐらいに落とし、全力疾走やインターバル走などのスピード練習をやめ、ジョギングや野外走を中心にのんびり走ることにとめる。

ウォーミングアップは軽く、体操は筋肉をほぐすくらいで十分である。走り終えた直後は、水を浴びたり入浴することはやめ、歩いたり軽い体操をして徐々に体温を下げてからぬるま湯に入るようにする。ランニング後は、トマト(野菜)ジュースやスポーツドリンク、レモン水などを補給することも大切である。

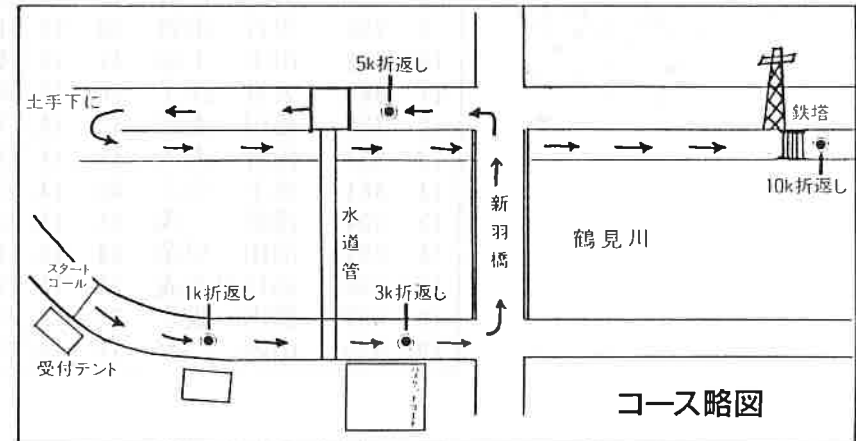
日常の栄養と睡眠に気を配り、疲労を蓄積させないことである。特に、ビタミンが欠乏しやすいので果物や野菜を豊富にとるようにする。また、ランニング時の体の動きや調子で、疲労を感じとったり、体重の増減で体の変化を知ることが大事である。(全国ランニングセンター事務局 とりい・けんじ)



毎月第3日曜日 午前8時スタート

種目	1km	3km	5km	10km
受付	現地にて 午前7時から			
スタート	1km/8:00	3km/8:10	10km/8:30	5km/9:20
参加費	500円(初参加は1000円) 小、中学生は300円			
ゼッケン	主催者が用意します。(生涯ナンバー)			
記録表彰	参加者全員に記録証。10、20、30回以上連続賞。			

次回は第126回 8月18日





新横浜月例マラソン

第126回
'91年8月18日

主催 新日本体育連盟横浜市連盟・新横浜月例マラソン運営委員会/後援 横浜市教育委員会

第125回 全コース(19km)
完走合計タイム

784	池田 泰雄	1.17.13
548	安斎 正雄	1.19.00
957	守屋 映祐	1.20.59
962	鏡堂 正昭	1.24.33
861	真下 守之	1.26.26
591	田中 貴史	1.26.54
763	菅野 寛雄	1.27.52
956	樋口 敦	1.31.49
963	上杉 次郎	1.38.53
878	小林 英雄	1.41.58

午前8時、スタート
地味、川崎市役所に12
名が集まり、箱根まで
九五キロの駅伝が始ま
りました。
横浜、戸塚と中継し
て、11時半には予定通
り、藤沢に到着。
藤沢では又6回湘南
反核駅伝に合流し、セ
レモニードは藤沢市長
のメッセージの紹介を
受け、茨倉沢の布設、
桑原氏から激励の挨拶
をいただいた。また、
12時、藤沢を出发。
茅ヶ崎までは湘南の仲
間と合同で走り、ここ
からはいよいよ3キ
ムによる箱根をめざし
ました。

この走りとなりまし
た。湯本からの山登りが
は、反核レはどこかへ
吹き飛ばされた。ここ
は、勝負に火花が散
り、栗倉谷チームが山
を登り、茅ヶ崎の峠
を登り、茅ヶ崎のゴ
ールへ下りました。
茅ヶ崎の湖で記念写真に
収まり、有志は夜の夜
を築き、また栗倉谷の成
功を誓う。大会となり
ました。



九一反核駅伝
川崎、箱根九五km
BAKA

原稿募集

- * 月例マラソンの感想や希望
- * 各地の大会参加の完走記
- * 私のトレーニング方法 など

茅ヶ崎への道は、思
いの長いものでなければ
なりません。半歩ずつ
の前進の努力を忘れま
ない。来年はあなたも。



茅ヶ崎への道は、思
いの長いものでなければ
なりません。半歩ずつ
の前進の努力を忘れま
ない。来年はあなたも。

スポーツ、きみが主人公
新体連刊行物

スポーツのひろば

月刊誌 (申込は市連盟へ)

「スポーツのひろば」は、ス
ポーツ愛好者やクラブそして指導者
の関心にこたえ、実際の技術向上
や指導に役立つ企画を編集の柱に
おいた「スポーツとあなたを結ぶ」
総合スポーツ誌です。
「スポーツのひろば」は、ス
ポーツに関する諸問題を意欲的に解
明し、スポーツの正しい発展方向
をさし示す、「スポーツ活動の友」
です。

陸上競技大会 第29回神奈川県スポーツ祭典

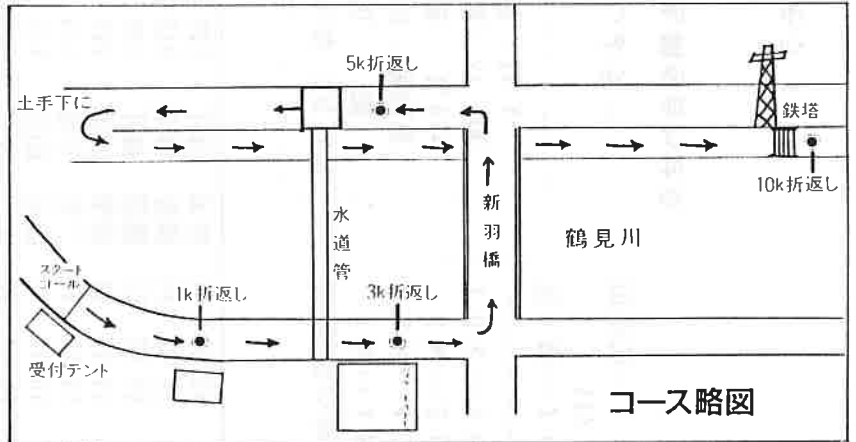
日	時	1991年10月13日(日)	9時会場・9時30分開会式
会	場	神奈川県立体育センター(小田急・江ノ島線、善行駅・徒歩5分)	
種	目	【男子】100m、200m、400m、800m、1500m、5000m、4x100mR、4x400mR、走高跳、走幅跳、砲丸投	
		【壮年男子】(40才以上)100m、1500m、5000m	
		【女子】100m、200m、400m、800m、1500m、5000m、4x100mR、走高跳、走幅跳、砲丸投	

参加費
9/30
×切
1000円

毎月第3日曜日 午前8時スタート

種目	1km	3km	5km	10km
受付	現地にて 午前7時から			
スタート	1km/8:00	3km/8:10	10km/8:30	5km/9:20
参加費	500円(初参加は1000円) 小、中学生は300円			
ゼッケン	主催者が用意します。(生涯ナンバー)			
記録表彰	参加者全員に記録証。10、20、30回以上連続賞。			

次回は第127回 9月15日





新横浜月例マラソン

第127回
'91年9月15日

主催 新日本体育連盟横浜市連盟・新横浜月例マラソン運営委員会/後援 横浜市教育委員会

吉越 則夫氏を悼む

(前県連盟・事務局局長・筆後)

9月1日午後8時10分、1年3ヶ月余りの肺ガンとの闘病の末、吉越則夫氏が死去した。享年46才、若過ぎる死であった。

吉越氏は、新体連運動、特にスキー運動の発展のために20年余の長きに渡り貢献してきた。神奈川の新体連運動が誇る「神奈川スキー祭典」は今年で25回となる。毎年七百人ほどが参加する大イベントである。彼はこの祭典、および神奈川県スキー協議会の事務局長として先頭に立ち、そして支えてきた。

長野県飯山市出身(実家はスキー民宿=吉田屋)、中学生時代はジャンプの選手として活躍した。残念ながら我々のスキー運動はジャンプを含むところまで至っていないためその雄姿を見ることはできなかった。

吉越さん自身「首切り撤回」の労働争議で培われていた、不屈の闘闘性、粘り強さは新体連運動に大いに発揮され、運動の広がりや多くの人を育てた。

9月3日の通夜には、彼の死を悲しみ、五百名余の人達が別れを惜しんだ。一つ年下になる私は、彼の若過ぎる死に特別な感慨を持つ。1975年6月に私は新体連神奈川の専従となったが、彼はすでにスキー協の事務局長として活躍していた。そして1984年からは彼も専従となり、ともに活動をしてきた。

百人ほどの個人加盟組織として1966年5月に神奈川県連盟は発足したが、今日連盟員4000名を擁するところまで来た。一定の段階にまで来て、さらに飛躍するための苦勞が彼に強くかかったことが、病因の一つともなったのではないかとも思うし、またそのことが復帰のための闘病のエネルギーになったのではないとも思う。

職人気質を持ち、まじめにキチンとする仕事ぶりや、人柄は多くの人に愛されていた。ただ友として心残りは、病因にも関わるであろう、10代から喫煙の習慣をやめさせられなかったことである。

我々が彼とともにきずいてきた峰を確認するとともに、さらに高い峰をめざすことを誓い、お別れの言葉としたい。合掌。

新日本体育連盟
神奈川県連盟
副理事長 松本 憲一

偉大なる裏方の死を悼む

「吉越さんの写真がほしいので探して下さい」と「新神奈川新聞社」から依頼を受け、探した。集合写真、スキー滑走時のそれはあるものの、顔が画面いっぱいの写真はなかった。ああそういうのも彼そのものだなあと思った次第。

まさに「志(こころざし)半ばにして病に倒れた...吉越さん」彼の気持ちを受け継ぎ、これからの自分も生きてゆきたいと思っています。

県労山 常任理事 山田 恵二

傾れを救し、細心の注意を再発の防止に努めたこと、ありがとうございます。ランナーの皆さんも、止めの勇気の心をツクを志す。心かけをよりいっ健康であら。ツイツイの秋、本番を前に十分な身体の手を。

心配された台風17号の動向でした。何かおさまったけれど、例中止という事態などは避けられませんでした。しかし、コース条件は極めて悪く、しかも、要員不足を整理も

行そ届かず、御迷惑をおかけしますが、諸事順を推進のうえ、御理解と御協力を御願います。また、今日も是非なスタップの中心、さらに要員の事情から、

少人数での運営となりました。スムーズな運営ができませんが、協力をお願いします。

体調は良いです

8月の湘南月例で、初参加者の死亡事故があり、皆さんにと心配をおかけしました。

台風は去ったけどコースは荒れています。ゆとりの気持でランニングを!

毎月第3日曜日 午前8時スタート

種目	1km	3km	5km	10km
受付	現地にて 午前7時から			
スタート	1km/8:00	3km/8:10	10km/8:30	5km/9:20
参加費	500円(初参加は1000円) 小、中学生は300円			
ゼッケン	主催者が用意します。(生涯ナンバー)			
記録表彰	参加者全員に記録証。10、20、30回以上連続賞。			

次回は第128回 **10月20日**



主催 新日本体育連盟横浜市連盟・新横浜月例マラソン運営委員会/後援 横浜市教育委員会

第127回 全コース(19km)
完走合計タイム

548	下野 興	1:10:58
854	中村喜代克	1:19:52
973	阿部幸一郎	1:19:56
853	大野 光治	1:21:47
524	片平 孝	1:22:47
897	小倉 智史	1:24:35
975	永野 隆	1:24:41
648	田中 敏夫	1:26:38
974	黒滝 正信	1:28:25
659	小野寺和一	1:31:47
959	石井 博	1:34:20
878	小林 英雄	1:34:41
845	細野 勇	1:35:26
801	内野 光子	1:36:28
504	浅野 茂	1:36:39
173	阿部 昭夫	1:40:29

私はあちこちの大会でお世話になって
いる盲人ランナーです。今年の夏の思
い出作りに出場した北海道マラソンは、札幌
走ろう会の木戸孝美さんのご好意で伴
走していただき、無事完走することが
できました。

私たちは、主催者との約束で最後尾で
スタートしました。これはこの大会に限
って言えば、決して不利な条件ではあり
ません。走路が広く、沿道の整理が行き
届いているからです。マラソンゲートを出
て少しづつピッチを上げていき、前の
ランナーを追い越すのは、少なからず気
分のいいものです。

木戸さんのロープによるガイドも本当
にうまく、走りやすいので、順調にレー
スの流れに乗ることができました。スベ
シヤドリリンクも十分に飲み、木戸さん
のわたしてくる毎回の個々のスポンジで、
生き返るような思いをしました。

ふと気がつくと、私たちの前を先導し
てくれる人がいました。他のランナ
ーに協力を呼びかけ、コースをあげてく
れているのです。この役割を引き受けて
くれているのが、木戸さんと同じ札幌走



418番の杉下さんも、先導して走りを助けてくれた

なつかしい仲間か
北海道マラソン
ロープに支えられて無事完走!
上杉 厚さん(神奈川県横浜市・55歳)

ろう会の杉下洋祐さんだったことが、レ
ース後にわかりました。木戸さんに頭が下が
りました。

さて、予定どおり進んだのは25+から
いまで、その後はだんだん足が重くなっ
て、思うように進んでいきません。木戸
さんと私をつなぐロープの支えがなくなっ
たら、やめていたかもしれませぬ。

第19回 新春マラソン大会

今年も走ろう

1992年1月12日

多摩川サイクリングコース

- 種目 (30Km)
①男子 ②女子
(10Km)
③一般男子 ④一般女子 ⑤高校男子
⑥高校女子 ⑦40代男子
⑧50代男子 ⑨60代男子
⑩70代以上男子
- 定員 ①30Km 1500名
②10Km一般・高校男子
10Km壮年男子・一般女子・高校女
子 1000名
- ※年齢は、大会時の満年齢とする※
- 参加費 30Km 2500円
10Km 2000円(高校生1500円)
- 受付期間 12月1日~12月5日 当日消印
有効、但し定員になり次第メ切る
- 申込先 〒220 横浜中央郵便局私書箱64号
新体連神奈川県連盟
新春マラソン大会係
電話 045-441-2528 Fax 045-441-2529

あなたもフルマラソンに挑戦!

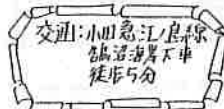
フルマラソン

1991年

12月8日(9:00)スタート

湘南・鵠沼海岸(月例湘南マラソン会場)

参加費・2000円(保険・参加賞含む)



主催・新体連神奈川県ランニングセンター
主管・月例湘南マラソン運営委員会
〒220 横浜山崎区高島2-9-13
TEL 045(441)2528

県連盟創立25周年

記念レセプションのお知らせ

日時 11月30日(土)
午後6時30分~
会費 5000円(同伴8000円)

40+の大通り公園からスキ野を格好
よく走りたいのに、それができず残念で
した。記録は過去最悪の3時間24分8秒
でしたが、4回連続完走の感激は最高の
宝になりました。

(伴走・木戸孝美さん)
の手紙より

5+通過24分。5+過ぎからは白バイ
の後について走り、ペースも上がって10
+は45分で走ることができました。25+
までは1+4分30秒の
ペースで走りましたが、
唇さのため30+あたり
からペースが落ちてき
ました。

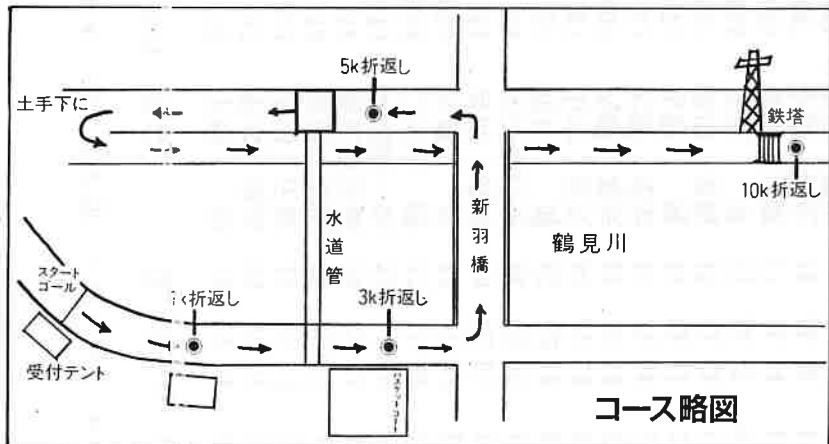
スポーツ、きみが主人公
新体連刊行物

スポーツ ひろば

月刊誌(申込は市連盟へ)

「スポーツのひろば」は、スポ
ーツ愛好者やクラブそして指導者
の関心に応え、実際の技術向上
や指導に役立つ企画を編集の柱に
おいた「スポーツとあなたを結び」
総合スポーツ誌です。

「スポーツのひろば」は、スポ
ーツに関する諸問題を意識的に解
明し、スポーツの正しい発展方向
をさし示す「スポーツ活動の友」
です。



毎月第3日曜日 午前8時スタート

種目	1km	3km	5km	10km
受付	現地に於て 午前7時から			
スタート	1km/8:00	3km/8:10	10km/8:30	5km/9:20
参加費	500円(初参加は1000円) 小、中学生は300円			
ゼッケン	主催者が用意します。(生涯ナンバー)			
記録表彰	参加者全員に記録証。10、20、30回以上連続賞。			

次回は第129回 **11月17日**



新日本体育連盟 横浜市連盟

〒220 横浜市西区高島2-9-13
TEL 045(441)2528



新横浜月例マラソン

第129回
'91年11月17日

主催 新日本体育連盟横浜市連盟・新横浜月例マラソン運営委員会/後援 横浜市教育委員会

月例の改善、強化について

新横浜月例マラソン

新横浜月例マラソン
と来月で一三〇回を数
えることとなりました。
この間、根岸森林公
園から新横浜へとコー
スの移動もありました
が、参加される仲間も
年内に一〇〇〇名を越
えようかといいるところ
まで来季です。

二か月での月例を変
えて下さった参加者の
皆さんの期待をどう考
えない限り、なお一考
の努力を重ねたいと思
つたところが、運営
を任された方が、運営
の責任を担ってくださ
ることを思っています。
エエ、真面目に活動し

二〇クレース
九三年二月例会も

田中さんの提案とあ
ることはですが、運営
委員会も是非実現し
たいと考え、来月二月
から始める方向で検討
してあります。一二月は
湘南でフルチャレンジ
があり、一月は新春

第128回 全コース(19km)
完走合計タイム

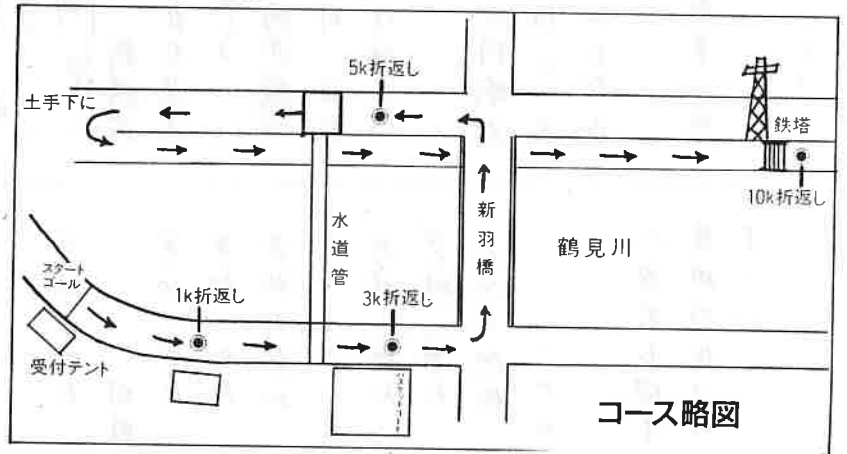
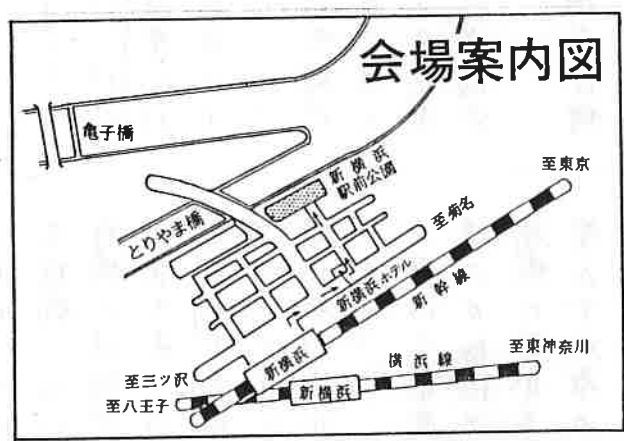
548	安齋 正雄	1:14:16
960	野中 信行	1:18:24
973	阿部 幸一郎	1:20:19
861	真下 守之	1:20:47
975	永野 隆	1:21:11
524	片平 孝	1:21:36
448	浅輪 忠士	1:21:53
648	田中 敏夫	1:24:28
827	武田 清梅	1:25:07
959	石井 博	1:25:21
756	高比良 美義	1:26:15
582	田中 千晶	1:32:04
845	細野 勇裕	1:33:18
972	菊地 裕	1:43:17
649	田中 満里子	1:44:41

ゼッケン番号の
切り替えによる

月例登録者が一〇〇
〇名を超えようとして
います。参加者は一
〇〇名にも至っていな
い状況です。
ゼッケンには永久登録
のものも増えていますが、
変更がしやすいものと
多いからになります。
そこで、何年か参
加がなくなった方のゼッケ
ンは今後参加される方

横浜フルマラソンの
設想について

九二年四月一日(日)
を第一回として、綱島
コースへ横浜駅西口のコ
ン大会を創設する準
備を開始します。
湘南のチャレンジと
ともに意欲的な挑戦を
期待していただきます。
ろしくお預けします。





新横浜月例マラソン

第130回
'91年12月15日

主催 新日本体育連盟横浜市連盟・新横浜月例マラソン運営委員会/後援 横浜市教育委員会

ととあれ、月例の件
制、来る件向の話題に
とどりますと、私の表
現になるのから知れま
せんか、いれゆるラン
ニング中毒的状態が
なり物か、ているもの
が月例を運営するもの
にレックも、あつくと
気がかりな状況におも
えそすが、いれれどし
よつ。

月例を一年一回を敷
元、一九九一年と湖と
なく終り方カレレレ
ます。今年一年を報
りかえって、みなさん
にはどんな想い出が創
りかえれしよるか。
社会的には一大変革
期的状況が、世界をゆ
り動かして来すが、
日常生活は命なとつ
身近かには感じられな
い、と感りのほほ人のな
感度でしよるか。

新たな飛躍をめざして 健康第一、自愛の程を

国際 次回 横浜フルマラソン

'92年11月に開催!!

横浜ロード、駅伝につづいて、フルマラソンに挑戦します。川崎・湘南につづいて、フルマラソンをロードのコースを使用し、新春マラソンに合わせて要綱を発表!

あつくと月々するが
けでも足更じが痛め
ていなる人々、ま、長く
走れなくなつていなる人
のいる様子が伝わって
来ます。
プロ野球の世界が、
投手が投げやすくなるよ
うに肩を痛められ、海
生が選手生命を失なっ
たり、これはいわゆるラン
ンが、多々あり来すが

私たちが
まず、健康
第一、人間
本来のこつ運動能力を
派の發展、向上にと、
では少々逆行現象のよ
うにおもわれ来ます。
来月はスリムリング
の件もありませんが、
今は手本トレーニングシ
ステムとあります。
自分の体調に十分の

飛躍もつて、新たな
飛躍健康第一、健康
えられよう努力をい
ることを期待します。
お願い
記録社の預かり分が多
くなるのであります。受付
に一着かけてみて下さい。

スポーツ、きみが主人公
新体連刊行物

スポーツひろば

月刊誌 (申込は市連盟へ)

「スポーツのひろば」は、スポーツ愛好者やクラブそして指導者の関心にこたえ、実際の技術向上や指導に役立つ企画を編集の柱においた「スポーツとあなたを結ぶ」総合スポーツ誌です。
「スポーツのひろば」は、スポーツに関する諸問題を意欲的に解明し、スポーツの正しい発展方向をさし示す、「スポーツ活動の友」です。

訂正とおわび

前号でのお知らせ
せどフルマラソン
を4月と誤りまして
しまいまして。上記の
とおり、11月に行な
います。おわびして、訂
正いたします。

第129回 全コース(19km) 完走合計タイム

645	柳下	昇一	1:10:58
548	下野	興	1:11:36
524	片平	孝	1:19:28
975	永野	隆	1:20:17
861	真下	守之	1:20:43
33	江口	美津男	1:21:28
591	田中	貴史	1:25:10
976	赤羽	根丈行	1:27:22
729	岩山	利信	1:27:32
376	本間	敏朗	1:32:09
504	浅野	茂	1:35:13
822	小川	幸司	1:45:12

毎月第3日曜日 午前8時スタート

種目 1km 3km 5km 10km
受付 現地にて 午前7時から
スタート 1km/8:00 3km/8:10 10km/8:30 5km/9:20
参加費 500円(初参加は1000円) 小、中学生は300円
ゼッケン 主催者が用意します。(生涯ナンバー)
記録表彰 参加者全員に記録証。10、20、30回以上連続賞。

次回は第131回 **1月19日**

