

武庫川スポーツクラブ 走集会 開催報告

(主宰者) 飯塚 亮

開催日時 : 2024 年 12 月 28 日 (土) 9 時～11 時

開催場所 : 武庫川河川敷 西宮側 山手大橋下スタート・ゴール

練習内容 : 90 分間走

参 加 者 : 18 名

氏 名	一言コメント
伊藤 健一	ペースをコントロールできず、ビルドアップになりました。きつかった。
射場 理	今年最後に良い練習ができました。
岩石 徹	－
長田 和久	本当によい練習になりました。ありがとうございました。
柿原 正治	年末の良い練習でした。来年もよろしく。
河村 隆介	寒すぎました。。。
隈崎 澄子	今日も良い練習をさせて頂きありがとうございました。今年もお世話になりました。来年もよろしくお願いします。
五島 誠	さむい…！
佐伯 啓介	良い練習になりました。来年もよろしくお願いします。
佐多 雄一郎	よい練習になりました。ありがとうございました。
澤田 真澄	今年最後の走集会に参加できて良かったです。良い練習ができました。ありがとうございました。
瀬々 逸子	よい練習できました。ありがとうございます！！
田中 秀紀	ありがとうございました。大阪頑張ります！
中川 拓也	いい練習になりました。ありがとうございました。
中条 香織	寒いけど頑張りました。ありがとうございました。
藤高 浩二	来年のレースに向けていい練習ができました。
吉田 達男	まだまだ走れません。。。
渡邊 崇寛	いいペースで引っ張ってもらい、気持ち良く走れました。ありがとうございました。

2024 年最後の走集会は、90 分間のペース走。参加者それぞれのペースで最長 20km を走りました。

曇りがちで寒さが厳しい中での練習になりましたが、参加された皆さんお疲れ様でした。

2025 年もよろしくお願いします！