

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 : 2025 年 2 月 22 日 (土) 9 時~10 時 30 分

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 : 10km タイムトライアル

参 加 者 : 13 名

氏 名	タイム	一言コメント
阿部 雄太	49'51"	かごしまマラソン頑張ります。ありがとうございました。
市居 邦淳	47'25"	寒かったけど、楽しく走れました。
伊藤 健一	38'56"	風が強く、かなりきつかったです。ありがとうございました。
乾 晴行	50'20"	明日の姫路に備えていい練習になりました。ありがとうございました。
射場 理	49'49"	競り合いながら走れ、頑張れました。
勝田 進	40'50"	初めて走集会に参加させていただきました。気持ち良く 10km 走れました。6 年ぶりのフル完走 & 初ウルトラ完走めざして頑張ります。
佐伯 啓介	42'35"	後半バテましたが、粘る練習になりました。ありがとうございます。
佐々山 夏樹	44'00"	いつもありがとうございます。
藤高 浩二	51'37"	良い刺激になりました。ありがとうございました。
平郡 雄一郎	54'10"	天気、気温とも良くて、快適なランニングになりました。
山村 亨	48'39"	良い練習ができました。ありがとう。
吉田 達男	44'06"	ちょっとずつ戻していきます。
渡邊 崇寛	40'23"	風が強くて体が重く、なかなか思うように走れませんでした。いい刺激になりました。ありがとうございました。

マラソンに向けた刺激入れとして、10km タイムトライアルを実施。寒波が訪れる中、北風が吹いて寒い中でしたが、全力を出す人もいれば、調整で走る人もいて、それぞれの目的にあわせた練習になりました。

各自のレースでいい走りができることを期待しています！

次回の走集会は 3 月 22 日 (土) です。