

社長 ゆーじの

へっぽこマラソン日記13



＝いつかはホリルマラソン走ってみたいな＝



前日 スカイツリー観光へ

2014年2月

平成建設社長の古橋博治です。
走ることなど大嫌だった私が
2011年の夏あるきっかけから
マラソンを始めました

続けていても練習はいつも辛くて苦しいばかりです
あとからマラソンをはじめた若い子たちにタイムを
抜かしていくと寂しくなりますが、年齢のせいだと
思わずに自分なりの目標を立て達成できるように
がんばっています。

バンクナンバーはホームページに貼りつけてあります
宜しければお読み下さい。

近況 2014年2月

1月の練習記録 228.36km

以前よりおと目標にしていた710kmランで
4時間を切る。通称サグフオー 2月23日の
東京マラソンでギリギリで達成しました。

タイムはネット 3時間59分17秒。43秒しか
余裕がありませんでした。

でもサグフオーはサグフオー、やっとランナーの
仲間入りができた。と一人でにっこりしています。
次の目標は...まだ考えられませんね。



東京マラソン 4時間切りでゴール直後のご機嫌な表情



東京マラソンスタート直前の緊張の中 アメリカなウェアで



完走したメンバーで乾杯！大盛り上がりの宴会でした

社長 ゆーじの へっほの マラソン日記 13

★★★★★★★★★★★★★
★ 最悪のへっほのレースになってしまった ★
★ = 目指セフルマラソン完走 = ★
★★★★★★★★★★★★★

前号までく岐阜清流マラソンでは、朝余裕を持って会場に行ける様にと
前日宿泊してみんなで宴会、生ビールや焼酎をガブ飲みしてしまいました>

2012年5月20日



居酒屋がお閉まりになってから、〇じくんや〇か田くんたちは〇ールスに
に行ったようでしたが、私は次の日に備えて帰って寝ました。
レース当日、あまり酒も残っていないので、何とか走れそうな感じが
しました。怪我のため3ヶ月練習できなかったのでも練習不足は
しかたがないですが、11-7マラソン自己最高は無理でも2時間を
切る最低目標は達成しようと決意しました。

スタートしました。やはり4ヶ月ぶりのレース、思ったより体が動かなくて、思い通りに走れ
ません。先走でも10キロは約57分で通過したのでも、2時間は切れそうな雰囲気でした
後半に入ると足が重くなって苦しくなり、16キロを過ぎたあたりで左足が吊ってしまいました。
ストレープをして走り出したら今度は右足、と左右交互に8回ほど吊ってしまい、救急隊の
人に来てもらって助けていただきました。もう2時間切りはあきらめました。あと3キロ
弱、何とか最後まで行けそうでした。

その時、突然おなかが痛くなり、ひどい下痢の症状になりました。あと少しでゴール
ですが、どうしても我慢できません。走る振動で洩れそうです。外資先輩の教えが頭に
浮かびました。「レース中トイレがどうしても我慢できなくなったら、そのままにして、大丈夫。
えのうち乾くから、でも大は廻りの皆さんに迷惑になるから、そのままするのはまずいぞ！」
と言われた言葉を思い出したのです。

やはり我慢できなくて仕方がないので、ゆっくり歩きながらトイレを探しました。全然たの
本意に困った...もうダメかも...と見回すとゴール会場の目の前にサークルKがあり
ました。迷う事なく飛び込んで、助かった...もうレースは どうでも良かったのですが
ゴールまでおぼろけだったのでも一応ゴールしました。タイムはネット2時間12分2秒
今までで最悪。ボロボロでした。まさに「へっほの マラソン」やはり練習は嘘をつか
ない、ということ。私には前日の大酒はダメだ、ということが身に染みしました

つづく

