

# 社長 ゆーじの へっぽこマラソン日記52

★★★★★★★★★★★★★  
★ = 高橋尚子さんプロデュースの ★  
★ 岐阜清流マラソンに出場。 = ★  
★★★★★★★★★★★★★

前号までく4月。ランナー仲間みんなが嫌う。登り坂が多い掛川新茶マラソンに出場しましたが27キロ付近で気持ちが悪くなり。熱中症になりかけて無念の1タイア。最悪の日となりました。

2016年5月15日



2016 岐阜清流ハーフマラソン ゴールの後ほっとして

前回のレースからあまり休んでいない。少し扁桃腺が腫れていましたが。今期最後のレース。岐阜清流マラソンに出場しました。高橋尚子さんプロデュースで。大変人気が高いレース。5月のため昨年とはとても暑くて。救急車が走り回っていたという大会です。今年は曇天で。5月の割には走りやすく絶好のレース日和。目標は少し甘めに1時間50分切りにしました。前回のような脱水症状防止のために水分は多めにとり。スタート直前までトイレにも、万全でスタート。最初はキロ当たり4分40秒ぐらいで調子良かったのですが。5キロ過ぎからみぞ落ちあたりが痛くなり

呼吸が苦しくなり。最初抜いた。けいけん、坂田くん、五藤くんは再度指かき。練習不足がまはりに出ているようにした。エイドで水分をたくさん取って。腹痛を我慢しながら走りましたが半分の10キロ辺りでも。ゴール近くのように苦しくてスタートが出なくなりました。この調子だとタイムも悪いなあ。と考えていたら。その時と「リタイア」の文字が浮かびました。でもハーフは今までおびえて完走しているし。リタイア癖がついてしまう。それだけは絶対にいけない。と自分に言い聞かせ。がんばらうと思いました。道路ではESJの仲間があちこちで応援してくれて。お礼元気をつけよう。残り1キロあたりではRUNの先生拓平さんも声を掛けてくれたので。最後の力を出し切り。やっとならでゴールできました。タイムは1時間46分19秒。ハーフでは4番目ぐらいのタイムですが。何とか目標はクリアです。私達のゼミ内のアスリート。新美くん、古澤くん、坂田くん、せーぶくん、堀部くん、浅井くん達にはおびえて負けたし。競っていた五藤くんや竹内くんにも負けましたが。途中高橋尚子さんの他。野口みずきさんや公務員ランナーの川内くんとハイテクランできました。ゼミの宴会は。このタイムでは。いつもの調子で後輩にハッピーをかける事はできませんでしたが。その後RUN ESJの宴会にも顔を出し。完走したからこゝ楽しい時間になった。完走して良かった...と。しむじみ実感しました

つづく

