

理事長 増田皓三
男子・エルダー駅伝監督 北垣 章
女子・駅伝監督 桜庭由起子

長距離 2018年 夏合宿の報告

6月30日（土）～7月1日（日）の2日間 兵庫県香美町、豊岡市で恒例の長距離グループの練習会を行いました。

理事長、副理事長、監督スタッフ4名、男女選手22名、総勢26名で初日は香住海岸ロード20キロ走、二日目は豊岡総合グラウンドに移動し12000Mペース走の練習メニューでした。

初日の晩は香住の旅館で山陰の海の幸を味わいながら交流を深めました。初参加、初対面の方も多数いらっしゃいましたが一日で仲間になれるところが兵庫マスターズのよいところです。

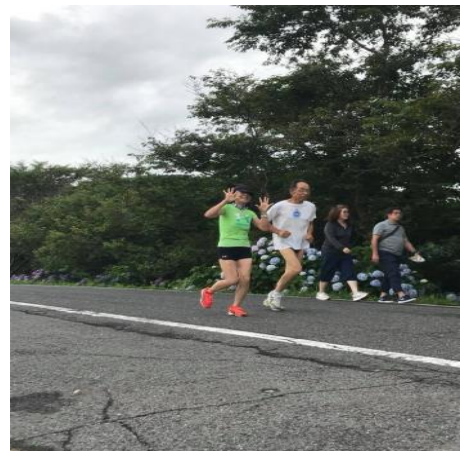
走力が高い低いなど全く関係なく個人の体調、レベルに応じて練習できるように、誰でも参加できるようにしています。今回は800M専門の人やウルトラマラソン100Kを得意としている方などバラエティに富んだメンバーでした。参加された皆さん楽しんで走られましたでしょうか。

この合宿を起点に11月の都道府県対抗全日本マスターズ駅伝に向けてチームビルディングを図ってまいります。

女子4連覇、エルダー3連覇、男子は3年ぶりの優勝目指してオール兵庫マスターズを合言葉にチャレンジしていきますので皆さまのご声援よろしくお願いします。

1日目 香住海岸ロード





1 日目 懇親会



2日目 豊岡総合運動公園





