

2019年8月

兵庫マスターズ夏季練習会（明石公園陸上競技場）報告

副会長 増田 皓三
男子駅伝監督 北垣 章
女子駅伝監督 桜庭 由紀子

8月25日（日）16時から18時まで明石公園陸上競技場を専有使用させていただき、練習会を開催しました。長距離は17時から3000Mタイムトライアルを行いました。お子さんと一緒に来られた方はトラックを駆け回っていただき自由に陸上競技場を使ってくださいました。

今日は昨日までの酷暑と一転 秋を感じさせる空気の中とてもいい練習ができたと思います。メンバーの方からスイカの差し入れをいただき走り終わってから最高の水分補給ができました。ありがとうございます。

秋のシーズンに向かって皆さん頑張りましょう。練習風景を紹介させていただきます。



伝統ある兵庫初の全天候型トラック 明石競技場 お城がマスターズを歓迎してくれました！



3000M タイムトライアル スタート!!!



ちびっ子も大人も走りたい人は全員走ること OK が兵庫マスターズの流儀です！



走り終わってからはスイカだ！スイカで水分補給！ ママも子守しながら走っている！
何でもあり！速い人も家族で楽しみたい方も遅いからって躊躇することは何もありません笑
兵庫マスターズは走りたい人は誰でも Welcome なチームです！次回のイベント ドンドン参加
してください！