

全日本大会参加記

平山 友啓

3月22日(日)に神奈川県で開催される全日本大会に参加するにあたって、せっかくなので20日(金)から出発して、18切符を使った関東旅行をしてきました。

1日目

4時30分に起床して、高槻5時22分発の電車で一路東へ。7回の乗り継ぎの後、平塚で下車して、ラ・パットーラというお店で昼食。昔「マネーの虎」という番組で、出資者からお金を出してもらってできたお店で、以前行ったときにおいしいパスタが食べられて、しかも安かったのが、また行くことにしました。その後、会社の研修で4年前に行ったところを散策しようと思い、横浜の鴨居駅まで電車で向かって、そこから中山駅を通過して川和町駅まで歩きました。川和町駅からは、横浜市営地下鉄と東急田園都市線で渋谷へ。ここでは、建築家の安藤忠雄が設計したという副都心線の渋谷駅をうろうろと歩き回っていました。20時を過ぎてきたので、神田のビジネスホテルに向かい、大浴場で疲れを取ってから、就寝しました。

2日目

6時に起床して、皇居の外周をランニング。思ったよりも人が少なかったですが、逆にこの時間に皇居まで走りにこられる人はそんなにもいないのかなと思い直しました。ホテルを後にして、正月に行ったものの、時間がなくてほとんど見て回れなかった水戸の偕楽園へ向かいました。ここは、偕楽園の南側にも公園が広がっていて、その景色は圧巻です。朝早く出てきたおかげで、時間はたっぷりあったので、十分すぎるほど散策しました。その後、水戸駅から土浦駅へ向かい、バスでつくばへ行きました。特に何が目的というわけではないのですが、つくばというのは有名なので、どんなところかなという興味本位で行くことにしました。つくばエキスポセンターや駅のあたりをうろうろして、バスに乗って、ひたち野うしく駅へ。

そこから池袋に向かって、あたりを散策しようかと思うものの着いてみたら、時間がなくて、副都心線で渋谷に行ってから、今夜泊まる大雄山へ。

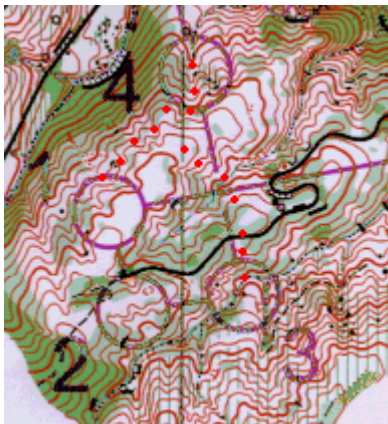
大雄山に着いた頃には 21 時 30 分を過ぎていました。その後、シャワーを浴びて、23 時過ぎくらいに就寝。

3日目

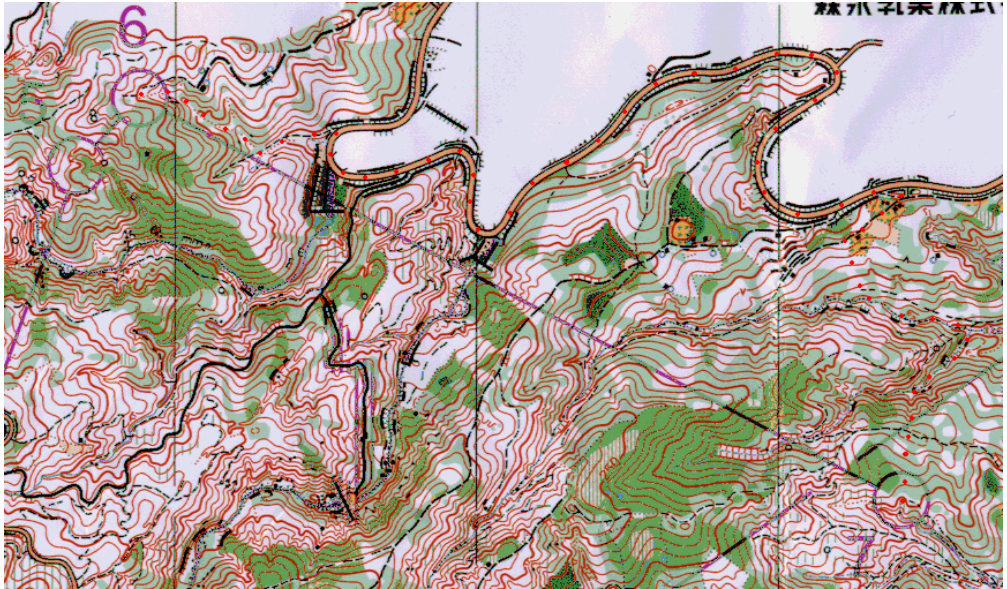
朝起きてみると、天気予報どおり雨がぱらぱらと降っている様子。会場までバスで行こうか、徒歩で行こうか迷いましたが、そんなに雨がひどくなかったので徒歩で会場まで向かいました。40 分くらいかかったと思いますが、いい運動になったと思います。

今回、全日本大会では 6 年ぶりに M21A クラスに参加しました。最近、走り込みをはじめて体力も少しずつついてきたので、長い距離を楽しもうという趣旨です。

スタートして地図を見ると、事前のアナウンスどおりのロングレグが目飛び込んできましたが、どう行くかは後のお楽しみにしておこうと思って、1 番から順番に回っていくと、4 番で大きなミス。沢を横切ってから尾根に上ってポストのある沢に降りるルートで、尾根を上りきった位置が思っていたよりかなり西側にいたようで、沢に下りても一向にポストは見つからず、現在地を把握するまでに時間がかかり 8 分のミス。落ち着いて見てみると、沢の方向が違っていたのですが、ここだと思い込んでいてぜんぜん気づきませんでした。



その後、6番まで順調に来て7番までがお楽しみのロングレグ。どういこうかと悩みましたが、体力に自信がないので、極力、遠回りでも道を使うことにして、アップは最小限にという作戦で行きました。ラップ解析を見ると、そんなにミスはしていないようなので作戦成功といえると思いますが、後で見返すと別のルートの方が速いような気もしてきて、地図読みが甘かったとちょっと反省です。



その後は14番から15番で人につられて、遠回りをしてしまった以外にミスはありませんでしたが、12番に行くまでの登りで足が動かなくなってきて、それ以降はとろとろ走りしかできませんでした。スタート前は2時間を切れたらいいなあと思っていたのですが、結局きることはできず、2時間1分49秒でフィニッシュしました。M21Aクラスのコースを楽しむにはまだまだトレーニングが必要だなあということを感じました。

レース後は、帰りの新幹線の時間に余裕があったので、近くにある「おんりーゆー」という温泉にゆっくりと浸かりました。本来、1800円かかるところを大会参加者特典で800円で入れたのはお得でした。結局、温泉を出たのが16時30前で小田原には17時に着きました。普通だったら、このまま新幹線で帰るところですが、今回JR東海ツアーズが扱っている「ぷらっとこだま

エコノミープラン」を使って帰ることにしました。これだと、こだま号で帰ることになるので時間はかかりますが、その代わりに値段が安くなりますし、1ドリンクも付いてきます。新幹線のグリーン車に一度乗ってみたいという気持ちがあったのですが、このプランだと+1500円で乗れるので、この機会に乗ることにしました。(それでも、通常の値段より安い) 小田原～京都間の設定はないので、小田原から新横浜に向かいました。新横浜は新しい駅ビルが建っていたりして、4年前に来たときとは一変していて、驚きました。新幹線の出発が19時46分発だったので、それまで駅ビルをうろろして、夕飯の弁当を買ったり、お土産を買ったりして、時間を潰しました。新幹線のグリーン車は、人が少なかつたせいもあると思いますが、静かで快適でした。新横浜～京都間で3時間30分もかかってしまうのは、難点ですが、時間に余裕があるときは使うメリットは十分にあると思いました。

家に着くと日が変わるくらいの時間になってしまいましたが、内容盛りだくさんの楽しい3連休を過ごすことができました。オリエンの遠征では、今回のような旅行を組み込むとさらに楽しいものになりますね。

Result

上位3人の平均に対する相対(%)

タイム 巡航速度 ミス率

2009/3/8 第4回亀山市民OL大会at亀山市関「木虎山」

M50A(出走22名) 3.09km 280m
 1 谷 秀司 0:53:14 三重県庁OLC
 2 伊藤 哲夫 0:54:16 松阪OLC
 3 平島 俊次 1:06:55 安土UK
 7 前田 春正 1:21:47 KOLA 140.7 132.4 14.3

2009/3/8 東工大インカレミドル直前合宿 第4日at愛知県新城市「巴山」

MIDDLE(出走28名)
 1 円井 基史 0:30:29 つばめ会
 2 山上 大智 0:32:09 東大OLK
 3 松澤 俊行 0:33:08 元コーチ
 21 永瀬 真一 0:57:07 京都OLC 178.9 168.8 11.6

2009/3/21 インカレ併設リレーat神奈川県南足柄市「あしがら金太郎の里 雨坪・広町」

OSM-A(出走7名) 2.66km 215m
 1 横溝 隆夫 0:35:32 早大OC寿会
 2 伊藤 洋一郎 0:42:17 OLC吉備路
 3 前田 春正 0:43:03 KOLA 106.9 104.0 7.5

ORL - IC2008 リレー - Results

1	おいぐすHI	片山裕典	鶴田翔一	天谷翔吾
	1:33:06	A 0:27:38 1	C 0:28:42 3	B 0:36:46 8
	(533)	0:27:38 2	0:56:20 1	1:33:06 1
2	グリフィンドール	寺垣内航	紺野俊介	田久保豊
	1:33:55	C 0:27:04 1	B 0:29:47 1	A 0:37:04 7
	(536)	0:27:04 1	0:56:51 2	1:33:55 2
3	肉玉うどんトリプルス	名児耶敏也	奥村理也	森本大輔
	1:38:45	C 0:29:44 4	B 0:32:30 2	A 0:36:31 6
	(512)	0:29:44 4	1:02:14 3	1:38:45 3
8	つばめ会A	奥田健史	永瀬真一	浅野昭
	1:54:56	B 0:35:23 5	C 0:40:35 16	A 0:38:58 13
	(524)	0:35:23 9	1:15:58 11	1:54:56 8

ORL - C(出走38名) 3.05km 230m
 1 寺垣内 航 0:27:04 グリーンフィールド
 2 池 陽平 0:27:58 札幌農学校
 3 鶴田 翔一 0:28:42 おいぐすHI
 16 永瀬 真一 0:40:35 つばめ会A 145.4 135.6 16.6

2009/3/22 2008年度全日本OL大会at神奈川県南足柄市「あしがら金太郎の里 ヌメリ坂」

M21A(出走103名) 6.6km 435m
 1 平井 均 1:18:08 静岡OLC
 2 千々岩 瞳 1:20:02 東北大
 3 勝田 弘 1:20:22 東北大
 71 平山 友啓 2:01:49 KOLA 153.2 143.1 15.6

M40A(出走20名) 4.7km 295m
 1 橋本 裕志 0:52:09 OLP兵庫
 2 岩倉 崇 0:55:56 OLP兵庫
 3 瀧川 英雄 0:57:04 OLCふるはうす
 13 永瀬 真一 1:29:25 KOLA 162.4 133.2 22.4

M60A(出走25名) 4.0km 215m
 1 粟野 義明 0:51:36 愛知OLC
 2 谷口 道夫 0:52:29 愛媛県オリエンテーリング協会
 3 河 泰鉦 0:54:08 OLP兵庫
 9 前田 春正 1:10:10 KOLA 133.0 127.6 8.6

インカレ + 全日本大会参加報告

永瀬 真一

1. 合宿参加編 (3/7~8)

1月につばめ会メーリングリストに流れた1本のメール

今年のみドル直前合宿の日程と場所が決定しました。

日程:3/5(木)~8(日) 場所:愛知県新城市 宿:愛知県野外教育センター
となっています。

一緒にコーチしてくれる方を募集しています。自分もただトレーニングしたいというOBの方でもかまいません。東工大としては珍しく愛知で合宿ということになっています。遠いので参加者がとても多いとはいかなそうですが、内容の濃いものにしたいと思っています。協力宜しくお願いします。

「院を終了して16年現役生の合宿にはいっていない」「コーチ以下の世代とは面識がない」「ランオブする体力ない」「仕事も忙しい時期」とハードルはたくさんありました。しかし、比較的近い愛知開催、これを参加しないとこの先、参加することはないだろうということで、思い切って参加することにしました。

すると、ありがたいことに永瀬さんが参加するならという私も参加というOB、そのOBの車に便乗できるなら参加するというOB、さらには、その延長で、松澤さん(東工大のコーチを以前していただいたことがある)まで参加することになり、当日のコーチ充実という面で、まずは貢献することができてました。

合宿4日間のうち、後半2日間に参加しました。(前日から移動で、3日目の朝のメニューから参加)

3/7の朝、野外教育センターに到着。最初のメニューはベースへの移動とウォーミングアップをかねた1.5kmのコース。途中までは1年生があらぬ方に行かないかフォローしながら進む。最終コントロールからは脱出に失敗しミスルートでフィニッシュへ。この先、大丈夫でしょうか。

ベースへの移動した後は、4班に分かれてのメニュー。私は一番下の班(5名)をもう一人のOB(彼は全日参加)とともに受け持つことになりました。(下の班といいつつ、WEにでる3名がいる。)ファシユタ3本。上位の班は、1コース毎に集合ですが、我々の班は1コントロール毎に区切りました。ファシユタなので目指すコントロールにパターンがあるので、手分けした上で、心配なメンバーをランオブ。思いがけないルートをとったりするのを現在地を見失わないようにしていくのは、結構、大変で、こちらのトレーニングにもなります。あまり良いとはいえないルートチョイスだったりしますが、コントロールについてから、確認すると本人なりの考えと押さえるべきポイントは押さえていて安心。そのあたりを加味して自信を持てるようほめつつ、ちょっとしたアドバイスをします。当然、時間がかかるので、3本のファシユタでベースに戻ると時間切れ。上位の班は、みドルレベルのコースをさらに走った(逆ランオブとか)ようです。

いったん、ウォーミングアップのときのフィニッシュへ移動し、野外教育センターへ戻ることをかねた2.5kmのコース。WE3走予定のメンバーのランオブを

することに。WE初の完走は永瀬さんにかかっていますよという重たい言葉をもらって出発。WEの走順は、早い順に走るということで、1走、2走の貯金をいかしつつ彼女は確実に帰ってくるのがポイントのようです。ランオブをしながらルートチョイスのちょっとした指導(本人自身がトレースできるルート)とか、チョイスしたルートをたどるときに気になった点(尾根に登った後の整置とか)を指導。結構、時間がかかり、最後は撤収隊の松澤さんに追いつかれてしまったので、最終コントロールは、自分で撤収する羽目になりました。正直、オリエンテーリングはまだまだ下手だけれども持久力があって、最後まで走れるところは走り走れようなので、完走は大丈夫という印象でした。

夜は、22時までみっちりミーティング。その後、OBは、翌日の設置分担の相談。最終日はスケジュールがタイトなので、効率的な配車とより良い設置分担の検討に時間をかけました。

翌日は、まず仕上げのミドルコース。(Eカード使用)。こちらは、普通に走らせてもらいました。早めのスタートで、までは1年生を抜いたり、上級生に少しづつ抜かれながらもまあまあ。で大きめのミス、への尾根切りはルートチョイスが良くなかったようです。ここだけでのタイムロスはありませんが、この後、体力がもちませんでした。(昨日の1班のメンバーにしか勝てないような) このミドルレースの後には、お絵かきOL。私は余裕がなく、留守番。これでメニューは終わり、最後は班に分かれて撤収し、メニュー終了。

OBとして合宿に参加しましたが、私が現役生に貢献できたことよりも、私自身が現役生の元気をもらえた(ウエスタンカップでのコントロール飛ばしの後でした)ことの方が大きかったです。それと現役生、若手OBと面識ができた(顔と名前の一致は厳しいですが)が大収穫です。おかげで、2週間後のインカレ観戦を楽しむことができました。

2. インカレ観戦&併設大会参加編(3/21)

インカレリレーを観戦するのは12年振り(1997年の奈良インカレ以来)です。

2004年伊賀インカレ(青山高原)、2008年奈良インカレは仕事等の関係で個人戦併設参加のみで自分のレースが終われば、すぐに帰路についたので、個人戦の観戦すらしていません。また、関西開催以外のときは、時期的に全日本大会優先で、インカレはパスしていました。

今回は、インカレに引き続き全日本大会ということで、遠方参加者としてはありがたいスケジュールでした。

また、メーリングリストで声をかけたところ合宿への参加表明のときと同様な流れでめでたく参加者が集まり、併設リレーにはつばめ会で4チーム参加できることになりました。(結果的に、併設リレー最多参加団体となりました)

まずは、WEスタート。東工大初の出走。出走15大学はちょっと寂しい。

過去にも女性部員は在籍していたが、WEリレーの出走にはいたらず。。

その分、一般ミックスリレーで頑張り、過去8回入賞（内、3回優勝）

18年前は25大学出走（市大も外大も出走していました。）

続いて、MEスタート。こちらは、21年連続の出場。出走23大学は寂しい。

中間ラジコンの情報が入りだす。WEは3位、MEは2位で通過し、盛り上がる。WE 1走は大健闘の3位で2走に継走。このあたりで、併設のリレーもスペクターズレーンを通すだし、私のつばめ会Aチームも通過。最終の準備を始めるが、勘違いしていて、スペクターズから15分が標準と置いていけば、それは選手権クラスで、併設リレーは5分が標準だったことが判明。あわてて、チェンジオーバーに行けば、既に我が1走は待っていて、1分弱待たせたようでした。

S と順調。（ラップ解析ではS 1で、+1'ミス計上ですが、これは、1走待たせた分） でちょっとミスするもなんとか持ちこたえる（+1'44"）。は、ルートチョイスが少し悪い(+1')+走れず(+1')、 を無難にとつて、 も特に問題なしもスピードが遅かった。 はコントロール回りでちょっと迷いかけが誘導テープを先に発見して、コントロールをみつける。スペクターズレーンは元気に走る。この後の4コントロール、地図をよく見ないと回る順番を間違えそうである。ウエスタンカップのようなこと(コントロール飛ばし)がないように、慎重にコースを確認して、 ~ ~ を回る。ところが で気がゆるんだのかミス。更衣室のある建物まで降りてしまう。（+0 30"）ですが、体力的には致命的でした。最後のテープ誘導は、歩きに近く、視野も狭くなっていて、チェンジオーバーをタッチせずに抜けそうになり、3走に呼び止められてやっとチェンジオーバー。年令と同じ40分台でした。

クールダウンと栄養補給もそこそこに、観戦に復帰。私が走っている間に、MEは10位で1走から2走に継走。WEは、第1ラジコンをトップ！で通過。掲示板の最上段に東工大のボードがそれもWEであるとは！その後は、強豪大学に抜かれましたが、WEは5位で3走に継走。MEもエースが好走し、4位で2走から3走に継走。ME、各大学のエースに抜かれ、最終ラジコンは東大と同時通過で6、7位争いですが、東大エースの相手は厳しいところ。ここである出来事が、5位でゴールしていた某大学のボードが外される。（ペナでした） 現役部員はそんなことを知らず、最終コントロールで待っていると、先に現れたのは東大で、東工大は10秒ほど遅れる。私はフィニッシュに



いると、最後の長い坂をみんなで声を出しつつ並走し、そのまま東大に次いでフィニッシュ。ペナチェックもOKで、繰り上がりではありますが6年振り3回目の入賞が決まった瞬間でした。

そんななかWE 3走は、なかなかスペクターズレーンに現れません。かなり待った頃、地図置き場あたりに向かいかけている姿を発見。さすがに、そこで修正したようで、しばらくして、スペクターズレーンに登場。みんなで大声援です。それでもこの時点ではまだ入賞枠は残っています。こちら某大学がペナというドラマがあった後、農工大がフィニッシュし6位までが確定。そこから遅れること8分、時間はかかりましたが、元気にフィニッシュ、東工大初のWE完走、大健闘の9位でした。



併設リレーはつばめ会4チームの出走でしたが、Aチーム(年長チーム)は、Bチーム(多摩OLチーム)に負けましたが、秒差の勝負でした。某OBの予想は25分差(私の合宿の成績が悪すぎたからですね)からすると上出来です。Aチームの成績は、3人のタイムの分の部分が年齢(35分台+40分台+38分台)と秒の部分が1走(23秒)+2走(35秒)=3走(58秒)というミラクルがありました。

3. 全日本大会(3/22)

前日は、インカレ観戦+併設を楽しみました。夜は、OBが11人集まって、思い出話+現役生のインカレ入賞+WE完走に話がはずみ。楽しいお酒を飲むことができました。全日本大会のはずですが、気分はエキストラレースという気分になります。これは良くなかったです。

10時半までにスタートするつばめ会のメンバーと一緒に会場入りしたものの、私のスタートは遅く12時過ぎ。のんびりと準備+少し昼寝してから、スタートへ。雨で体が冷えます。Sは、小道がいったん途切れたところで川に降りましたが、これはルートチョイスのミスで、コントロール近くまで小道で引っ張るのが正解でした。(このルート差で1分後の大林さんに早くも抜かれる)は無難に、はなんとかクリア。は、現地のイメージが合わず、少々ロス。のロングレグ。アタックポイントの位置確認があやふやなままコントロールにアタックし大きくロス、リロケートにも手間取り(傷口を広げた)(+11')。この後は、無難にまとめたものの不満の残るタイムでした。(オリエンテーリングそのものは楽しかったです)

4. 最後に

自分自身のレースは、インカレ合宿、全日本ともにボロボロでした。併設リレーは無難にまとめています。1走を待たしたとかでやっぱりボロボロでした。

幸い、合宿参加とインカレ観戦を通じて、ME入賞、WE完走という目標を達成したOLT現役から、いろいろなもの(元気、刺激、モチベーション)をもらったので、復活に向けて頑張りたいと思います。

母校のクラブが頑張っているということはとってもありがたいです。

ME - IC2008 リレー - Results

1	名古屋大学	松井健哉	寺村 大	崎田 孝文
	2:20:21	BZ 0:47:09	1 AX 0:50:10	2 CY 0:43:01
(1)		2男 0:47:09	1 4男 1:37:19	1 4男 2:20:21
2	新潟大学	土屋 裕輝	宗形 俊	木村 隆二
	2:33:29	CZ 0:50:37	2 AX 0:54:20	3 BY 0:48:31
(9)		4男 0:50:37	2 4男 1:44:57	2 4男 2:33:29
3	東北大学	太田 貴大	日下 雅広	千々岩 瞳
	2:36:41	AX 1:03:14	5 BY 0:47:53	1 CZ 0:45:32
(2)		4男 1:03:14	12 4男 1:51:07	5 4男 2:36:40
4	千葉大学	古澤 誠実朗	谷口 彰登	小見山 齊彰
	2:37:56	AZ 0:52:12	1 CX 0:52:53	2 BY 0:52:51
(5)		3男 0:52:12	4 4男 1:45:05	3 4男 2:37:56
5	東京大学	田中 裕也	太田 康博	林 城仁
	2:48:45	BY 0:58:42	5 CZ 1:00:42	5 AX 0:49:20
(34)		3男 0:58:42	10 4男 1:59:24	10 4男 2:48:45
6	東京工業大学	高野 圭司	柴本 浩児	古谷 嵩
	2:48:59	AX 0:58:42	4 BZ 0:49:19	2 CY 1:00:57
(8)		2男 0:58:42	10 4男 1:48:01	4 3男 2:48:59

WE - IC2008 リレー - Results

1	東北大学	江幡禎子	本間 理紗	阿部 ゆかり
	3:03:06	BX 1:14:57	2 AZ 1:02:16	3 CY 0:45:52
(53)		3女 1:14:57	9 2女 2:17:13	4 4女 3:03:05
2	積山女学園大学	花井理沙	疋田 はるか	青山 由希菜
	3:06:18	AY 1:02:27	1 CX 0:59:50	3 BZ 1:04:01
(58)		3女 1:02:27	6 4女 2:02:17	1 4女 3:06:18
3	日本女子大学	田代 祐香里	松永 真澄	宮崎 有佳
	3:11:46	BX 1:18:01	3 CY 0:46:32	2 AZ 1:07:12
(51)		2女 1:18:01	11 4女 2:04:33	2 2女 3:11:46
4	筑波大学	白形 由貴	常住 紗織	山本 紗隠里
	3:33:22	AY 1:17:09	3 BZ 1:20:30	4 CX 0:55:43
(52)		4女 1:17:09	10 3女 2:37:39	8 2女 3:33:22
5	相模女子大学	永田 有佳里	池澤 芽衣	高野 絵理子
	3:42:29	AZ 1:00:25	2 BX 1:26:35	4 CY 1:15:28
(55)		3女 1:00:25	5 1女 2:27:00	6 4女 3:42:29
6	東京農工大学	勝田 あかね	村松 瞳	阿久津 美里
	3:52:09	BZ 1:27:20	6 CX 1:11:23	6 AY 1:13:25
(81)		1女 1:27:20	12 1女 2:38:43	10 3女 3:52:08
9	東京工業大学	田村 睿子	小早川 菜由	井上 舞
	4:00:10	AZ 0:56:21	1 CY 1:21:36	7 BX 1:42:12
(82)		1女 0:56:21	3 2女 2:17:57	5 1女 4:00:09

ORL (学生一般) + MUR (併設) 東工大 + つばめ会 (順位はそれぞれ)

5	東京工業大学MA	久保山 裕己	武藤 貴昭	斎田 篤
	1:41:42	B 0:30:35	5 C 0:35:27	8 A 0:35:40
(157)		3男 0:30:35	4 4男 1:06:02	5 4男 1:41:42
6	つばめ会B	仁多見剛	円井基史	菊澤恵三
	1:54:39	C 0:45:04	20 A 0:33:39	4 B 0:35:56
(525)		0:45:04	27 1:18:43	15 1:54:39
8	つばめ会A	奥田健史	永瀬真一	浅野昭
	1:54:56	B 0:35:23	5 C 0:40:35	16 A 0:38:58
(524)		0:35:23	9 1:15:58	11 1:54:56
16	東京工業大学MF	大嶋 拓実	久保田 翔	楠 恵輔
	2:18:07	A 0:37:55	15 B 0:45:19	25 C 0:54:53
(162)	新人	1男 0:37:55	10 1男 1:23:14	14 1男 2:18:07
20	つばめ会D	岡英樹	北村俊介	田中淳一
	2:23:06	B 0:39:18	15 A 0:54:45	30 C 0:49:03
(527)		0:39:18	21 1:34:03	27 2:23:06
18	東京工業大学MB	堀越 裕之	新城 大樹	御崎 智之
	2:23:26	B 0:48:20	30 A 0:38:00	17 C 0:57:06
(158)		3男 0:48:20	31 2男 1:26:20	17 3男 2:23:26
26	東京工業大学MD	近藤 友洋	伊藤 将宏	島田 裕司
	2:29:50	A 0:53:08	50 B 0:52:28	39 C 0:44:14
(160)		4男 0:53:08	40 4男 1:45:36	35 4男 2:29:50
37	東京工業大学MC	千田 浩介	酒井 将宏	栗田 俊輔
	2:51:23	C 0:57:32	43 A 1:08:55	68 B 0:44:56
(159)		4男 0:57:32	49 2男 2:06:27	48 4男 2:51:23
東京工業大学ME	宮崎 大地	端山 琢巳	加藤 航大	
	DISQ	B 0:44:26	21 C 1:04:19	46 A DISQ
(161)	新人	1男 0:44:26	22 1男 1:48:45	37 1男
東京工業大学MG	米倉 宏	赤嶺 賢彦	池田 剛	
	DISQ	B DISQ	C DISQ	A DISQ
(163)	リスタート	3男	2男	2男
つばめ会C	名嘉真朝将	坪居大介	鷹鷲和邦	
DISQ	B 0:52:03	26 A 0:52:08	29 C DISQ	
(526)		0:52:03	33 1:44:11	30

OLカレンダー

年月日	大会名ほか	場所
4/18	埼玉0クリニック(1)	埼玉.狭山
4/18 -19	ティオミラ(10MILA)	スウェーデン
4/19	ハセツネ30K	東京.奥多摩
4/19	第65回岡崎市OL大会	愛知.岡崎
4/19	福井市民春季大会	福井.福井
4/19	[JOA]トレイル0世界代表選考会	愛知.岡崎
4/26	第28回笠岡市大会	岡山.笠岡
4/26	長野県大会	長野.上田
4/26	大阪OLC春の練習会	大阪.箕面
5/2	埼玉0クリニック(2)	埼玉.飯能
5/3	平尾台大会	福岡.平尾台
5/3	第15回根の上高原つつじまつり大会兼中津川市民大会	岐阜.根の上高原
5/3	愛知フラワーウォーク	愛知.豊田
3/5	オリエンテーリングジャンボリー	埼玉.日高
5/4	みどりの日・海の中道海浜公園大会	福岡.福岡
5/6	岐阜県民スポーツフェア大会	岐阜.岐阜
5/10	関西学連第1回定例戦	京都.城陽
5/10	OLの集い	奈良.奈良
5/10	MTB-0の集い INEW	長野.富士見町
5/10	ももたろう大会	岡山.岡山
5/10	第5回佐鳴湖市民大会NEW	静岡.浜松
5/17	[JOA]滝山丘陵トレイル0大会NEW	東京.八王子
5/17	[JOA:S][NSR]パーク0ツアー in関西和歌山大会	和歌山.橋本
5/17	愛知フラワーウォーク	愛知.名古屋
5/22	埼玉0クリニック(3)	埼玉.入間
5/23	埼玉パーク0ツアー	埼玉.入間
5/24	第3回赤城山トレイルランニングレース[JOA共催]	栃木.赤城山
5/24	恐竜公園大会	長野.長野
5/24	第18回石川県民スポレクふれあい大会	石川.金沢
この大会情報は「森を走ろう!」サイトを利用して作っています。		

Aiming

教師生活24年目にして、初めて担任を外れることになって、教務をすることに(-;-)。

何をしたいかわからず、右往左往。しかも、サッカー部を第3番目として見ていたのに、1人が転勤でもうひとりとは介護休暇で長期離脱(>_<)。一気に、窮地に追い込まれてしまいました。まあ、なんとかなるわ精神でのりきるしかないなあ...