

第25回長野マラソン

【出場結果】

実施日 : 4月23日(日)

コース : 長野マラソン長距離競争路(日本陸連公認、AIMS公認)
長野運動公園～長野オリンピックスタジアム(42.195km)

出場者 : 親崎 達朗

リザルト:

	親崎
タイム	2:21'17" 自己ベスト
順位	14位/6,877名(完走者)

【レポート】

昨年12月に行われた防府読売マラソンでマラソンデビューを果たした親崎が、2度目の挑戦となるレースとして長野マラソンに出場しました。

初マラソンでは終盤で大幅にペースダウンし、目標とする記録に届きませんでしたが、今回はトレーニングをしっかりと積んで課題への対策を行っており、前回果たせなかった2時間18分切りを目標にレースに臨みました。

長野マラソンは長野市の長野運動公園をスタートして、長野オリンピックスタジアムにゴールする42.195kmで行われ、雄大な南アルプスの絶景を背に走るコースは市民ランナーにも絶大な人気を誇る大会であり、2024年パリ五輪代表選考会「マラソングランドチャンピオンシップ(MGC)」への出場権を得る指定大会でもあるため、有力な招待選手も多数エントリーし、親崎も十分に記録を狙う条件が整った中でレースがスタートしました。



序盤から1km3分10秒台のペースでレースを進める親崎

ShinDengen /

10 km過ぎまでは集団の後方でレースを進めていましたが、集団のペースが落ち始めると、親崎は果敢に集団の先頭を引っ張りながら、2時間18分切りが狙える1 km 3分15秒ペースに戻し、ハーフマラソンを1時間9分38秒で通過、後半の落ち込みを抑えて、ネガティブスプリットを刻めば2時間18分切りも狙えるタイムでレースは進みました。



集団を引っ張り、目標とする2時間18分切りを目指す親崎

その後、30 km過ぎまでは1 km 3分15秒前後のペースで集団の先頭を引っ張り続けましたが、32～33 km地点から1 km 3分20秒までペースを落とすと、集団の後方で力を溜めていた選手が飛び出し、リズムを奪われた親崎は徐々に集団から離れだしました。

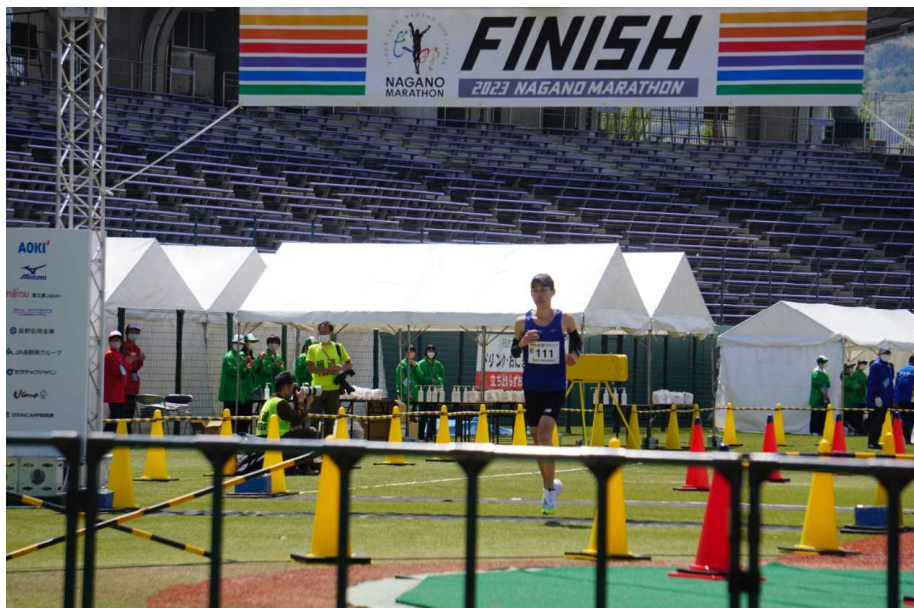


30 km過ぎまで集団の先頭を引っ張り続ける親崎

マラソンで一番きついとされる35 km手前でペースを落とした親崎は、動かなくなった身体を懸命に前に進めますが、ラスト7.195 kmはペースを大きく落とすこととなり、総合14位となる2時間21分17秒でゴールしました。



ラスト 2 km ! 必死に前を見据える親崎



自己記録を更新したものの、目標には届かず！この経験を次のマラソンの糧に！！

【総評】

2回目のマラソンとなった今回のレースは、継続したトレーニングを積めており、2時間18分切りを目標にレースに臨みましたが、結果としては初マラソン同様に終盤にペースを落とすこととなり、自己記録の更新はしたものの、目標記録に届かない結果となりました。

2回のマラソンを経験し、いずれのレースも親崎らしく、中盤にかけて集団を引っ張る積極的な走りは見られましたが、終盤に大きくペースを落としており、次回のレースでは勝負処となる35 kmまで、どれだけ余裕を持ってペースを刻めるかがカギになってくると思います。

マラソンでは経験値が大きな武器となるため、今回経験して得た課題を次のレースで克服し、成長した姿を見せてくれることを期待したいと思います。

引き続きまして、皆さまの温かいご声援を宜しくお願い致します。