

## 第4回 さいたま国際マラソン

【大会概要】

開催日：12月9日（日）9：40スタート

種目：フルマラソン（42.195km）

コース：さいたまスーパーアリーナ（スタート／ゴール）～  
さいたまスタジアム2002折り返し

出場者：渡辺 瑠偉

リザルト（LAP）：

Lap	渡辺
5km	17' 02"
10km	34' 16"
15km	51' 43"
20km	1° 09' 24"
25km	1° 27' 37"
30km	1° 49' 50"
35km	2° 12' 46"
40km	2° 37' 46"
ゴール	2° 48" 13"
総合順位	90位/11,464人

レポート：

渡辺が自身初のフルマラソン挑戦のため、地元の埼玉で行われた第4回さいたま国際マラソンに出場しました。

渡辺は春先から脚の故障に苦しんできましたが、ようやく練習を積み始めてきた中での出場となり、練習不足が否めないため、2時間30分（3'30"/km平均）を切ることを目標として臨みました。

スタート時の気温は10℃で、マラソンを走るには悪くないコンディションの中、レースがスタートしました。

渡辺は予定通り3'30"/kmを少し切るリラックスしたペースで前半20km迄のレースを進めました。中間地点を過ぎると一転厳しい顔つきに変わり、持ち味である腰の高い安定したフォームが崩れ始め、更に30km過ぎると脚を前に進めるのが精一杯の状態となりましたが、何とか最後までレースを諦めずにゴールまで辿り着きました。



練習不足もあり、初のフルマラソンで厳しい洗礼を受ける形となりましたが、しっかりと完走を経験出来たことは、次回2019年3月に出場を予定している東京マラソンに生きてくるものと期待しています。

今後とも、皆様の温かいご声援を宜しくお願い致します。

以 上