

第 3 2 4 回 日本体育大学長距離競技会

【出場結果】

実施日 : 11月15日(土) 10000m

11月16日(日) 5000m

会場 : 日本体育大学健志台陸上競技場

出場者 : 親崎 達朗 坪井 響己 下田 大翔

出場種目・出場者・リザルト

氏名	親崎	坪井	下田
種目	10000m	10000m	5000m
組	4組目	6組目	20組目
タイム	29'47"66	28'39"64 (自己ベスト)	14'12"93 (入社後ベスト)
順位	23/36	7/28	2/32

【レポート】

東日本実業団駅伝も終わり、チームとしては来年度の大会に向けて、より高みを目指して取り組んでいきますが、年末までトラックレース、ロードレース、マラソンが各地で開催され、選手達はシーズンベストや自己ベスト更新を目指して積極的にレースへの出場を予定しています。

11月15～16日に開催された日本体育大学長距離競技会には3名の選手が出場しました。

まず、初日に行われた10000m4組目には、親崎がレースに臨み、親崎は序盤から先頭集団でレースを進めて5000mを14分40秒台で通過すると、先頭集団からは少し遅れた形になりましたが、親崎らしい粘りの走りを見せて29分47秒台でのゴールとなりました。

最低ラインの29分台でしっかりと纏められた点はプラス材料となるため、2週間後の同記録会では、29分30秒切りを一つの目標として臨んで欲しいと思います。



後半は先頭集団から離れるも、しっかりと29分台で纏めた親崎



続いて 10000m6 組目には坪井が出場しました。

28 分台中盤を狙う組だけあり、序盤から 2 分 52～55 秒／km のハイペースながら安定したペースで集団は刻み、坪井は先頭集団でレースの流れに乗ります。

5000m の通過は、14 分 25 秒となり 28 分台の期待が高まりつつ、レースは後編へ。



28 分台のペースで勢いのある走りを見せる坪井

坪井はレース後半に入っても 2 分 55 秒／km を少し切る安定したペースで走り、集中した表情からは、まさに「ゾーンに入った」という表現がピッタリの走りで、ラスト 1 周も 63 秒台で走り切り、春先に出した 28 分台の自己ベストを更新する 28 分 39 秒台でゴールしました。



坪井は今年度 2 回目の 28 分台。自己ベスト更新！！おめでとうございます！！

翌日には 5000m のレースが行われ、20 組目には下田が出場しました。

東日本実業団駅伝でも好走を見せていた下田は、1000m までは集団の最後方に位置して、レースの流れを俯瞰するかのような冷静な走りを見せると、1000m 過ぎには先頭集団の前方に位置を変えて 3000m を 8 分 38 秒台で通過し、3000m 過ぎからはペースが少し遅いと感じたのか、積極的に集団を引っ張る走りを見せて、ラスト 1 周では先頭争いを繰り広げ、僅かコンマ差で組トップとはなりませんでした。組 2 着 14 分 12 秒台の入社後ベストでゴールしました。

下田は 2 週間後の同大会にも出走を予定しており、今回の走りを自信に次は 13 分台の走りを求めて欲しいと思います。



先頭争いを繰り広げ、見事に入社後ベストをマークした下田

【総 評】

今回のレースに出場した3名の選手は、これまでの練習の成果を存分に発揮してくれました。

坪井については、春先にマークした28分台の自己記録を4秒更新する走りを見せ、「走りの再現性」を結果で見せてくれました。

東日本実業団駅伝前から復調の走りを見せていた下田も、14分12秒台をマークし、入社後のベストを大幅に更新する走りを見せておりますので、次戦では13分台の走りで次世代エースに名乗りを上げて欲しいと思います。

チームとしては東日本実業団駅伝後に故障や体調不良の選手が続出しており、課題が蓄積しておりますが、1人でも多くの選手がレースに出て、現状と課題を肌で体感して欲しいと思います。

来年度の東日本実業団駅伝に向けての戦いは、既に始まっています。

ライバルチームに対し少しでも距離を縮められるよう、体調管理を第一に日々の練習に励み、チーム一丸となって活動に取り組んで参ります。

今後とも皆様の温かいご声援をお願い致します。

以 上

画像提供：ELDORESO 阿久澤様