

NAHA試走会順調

12月開催の NAHA マラソンに向けて、10日の日曜練習から試走会を開催していますが、会員の皆様のご協力ですぐ順調な滑り出しです。

10日は LSD2時間走。完走講座指定日と重なり、50名以上の参加者でした。この日はとても暑く、途中で引き返した方も数名いました。でも、心配無用です。9月のメイン練習は LSD なので、ゆっくりと2時間走り歩きができれば目的達成です。給水車提供ボランティアは生天目千加子さん。ありがとうございました。

17日は LSD2時間半走。完走講座からも大勢がかけつけ、40名の参加でした。台風後の比較的涼しい天気、参加者は走りやすいと喜んでいました。途中リタイアはいなかったようです。給水車提供ボランティアは村越千代子さん、大嶺尚子さんでした。お疲れ様でした。

NAHA 試走会予定修正

前回広報256号で「2017NAHA マラソンまでの日曜練習案」を紹介しましたが、一部変更があるので報告します。

- ☆10月1日: 救護車「山原和美」→「儀間真澄」
- ☆10月8日: 集合場所「具志頭交差点」→「具志頭交差点から500m摩文仁寄りのローソン」
- ☆10月29日: 給水車「1台不足」→「儀間真澄」

NAHA コース目印調査

NAHA マラソンコース目印を毎年確認調査しており、今年の予定コースも調査を終えました。最も大きな変化は17.2km地点の具志頭交差点です。道路拡張のためコンビニと給油所が解体され、トイレの使用ができません。

交差点から摩文仁向け500m先のローソン・玻

名城(はなぐすく)バス停そばを試走会の給水や集合などの拠点にします。

なお、当交差点近くには観光施設の「南の駅やえせ」がオープンしており、朝10時開店です。食事やビール等が楽しめます。10月1日のハーフ練習会帰りの路線バスを待つ間に利用できます。

今後の日曜練習会

9月24日: 完走講座第8回、3時間LSD18km、那覇東バイパスと小禄バイパス。

10月1日: 完走講座第9回、ペース走またはLSDで本番コースハーフの奥武山スタート摩文仁まで、摩文仁解散、給水車で具志頭交差点までピストン輸送、那覇方面への路線バスは玻名城入口発 11:29、11:44、12:29、12:49。

8日: 本番コースをペース走25km、集合場所は具志頭交差点から500m摩文仁寄りのローソン、路線バス利用者はバスターミナル近くの上泉バス停 6:42発50番線百名行玻名城入口下車、徒歩7分、小銭630円準備を、那覇祭りのためゴールは漫湖公園。

15日: 完走講座第10回、ペース走28km。

22日: 調整日(20km以上)、給水車募集。

29日: 完走講座第11回、最長34km、産業まつりのため発着は漫湖公園。

11月5日: 尚巴志マラソン大会参加。

ニュースあいくり

☆8月27日の完走講座10kmテスト走には受講者20名が参加し全員完走。今年の受講者は出席率もよくやる気満々で楽しみ。

☆10日の練習会にロープランナーズ元会員の下地美和子(しもじみわこ)さんが訪問。メンバーを激励し金一封の寄贈。感謝。現在車椅子だが、仕事に就いているとの報告。