

伴ネットめいる

事務局長 大見謝辰男

問合せ大見謝、bannet03@hotmail.com

NAHAマラソン多数参加

12月1日にNAHAマラソン大会が開催されました。大会事務局によると、当日の出場者は21438人で、完走者は14067人、完走率は65.6%でした。

伴ネットやロープランナーズ関係者からは44人が出場し、28人が完走しました。完走率は63.6%です。

集合場所確保は上原喬さん、弁当調達は宮良理沙さん、留守番ボランティアに会員や完走講座からから8名の協力、金一封をロープランナーズの冨永実勝さんから、さらに多くの方から差し入れをいただきました。大変ありがとうございました。

今年から、集合場所を野球場下に変更しました。会費は500円で弁当を準備しました。

大会での伴走チームは次の通りです。最初がロープランナーズ、次が伴走者とサブ伴走者です。

1. 奥平広光:新川洋和・志良堂徹
2. 仲村康貴:大城高志、根間恵美
3. 謝花良幸:伊藤隆和、呉屋陽慈、佐々木直行
4. 田中勇磨:兼城斉快、我如古みなみ
5. 崎浜啓:渡邊光章、池宮城聡
6. 三村晃慶(みむらあきよし):蒲地郁江(かまちいくえ)、齋藤譲二(さいとうじょうじ)、田賀麻美

大会終了後、18時から打ち上げ懇親会を那覇市松山の「バイキング居酒屋リオ」で開催しました。また、9日にはNAHAマラソン大会事務局主催の「謝恩の夕べ」が那覇市内ホテルで開催され、会員等から16名程度が参加しました。

大会成績とコメントは2面に掲載しています。

NAHAマラソンに参加して

岡山県 三村晃慶

12月1日に開催されたNAHAマラソンに岡山から伴走者の蒲地郁江さんと共に参加しました。当日、急遽伴ネットの齋藤譲二さんがサブ伴走としてついてくださり、ランナーの右からの急な割り込みをガードしてもらいました。スタートして2kmあたりからは田賀麻美さんも追いつき合流しました。

ガイドランナー3人というとてもありがたい環境で

ゴールまで走りきることができました。メインでガイドをしてくれた蒲地さんも、伴ネットの皆さんの声かけの方法など、とても勉強になったと言っていました。

おかげで、1万人を超える大会では、ひやっとする事が何度も起こったり、エイドでの補給の時は難しかったりですが、大変スムーズでした。

また大会後の打ち上げにも参加させていただき、たくさんの方とゆっくり話ができて刺激をたっぷりいただきました。皆さんには、無理矢理ハッピーバースデーを歌っていただき思い出に残る誕生日になりました。これで50代をますます楽しく過ごせそうです。本当にありがとうございました。また沖縄行くぞー！

日曜練習会情報

11月24日:最終調整10km、48名参加。

12月1日:NAHAマラソン、70名参加。

8日:疲れ取り10km程度、36名参加。

15日:疲れ取り10km程度。

22日:通常練習。

29日:年末年始で練習会お休み。

1月5日:おきなわマラソン試走会、新年会。

12日、19日:ミーティングで協議

26日:おきなわマラソン試走会23.2km

おきなわマラソン試走会

1月5日:8時10分、イオンライカム駐車場集合、トイレを済ませたのち、道向かいの比嘉西原バス停へ移動、8:26(110番線)、8:33(23番線)を利用して具志川バスターミナルへ移動、ターミナルでストレッチ後、13.9kmの試走会、イオンライカムまで、給水車1台募集、終了後、イオンライカムで新年会。26日:8時ライカム駐車場集合、ライカム～具志川バスターミナルの23.2km、中城湾埋立地は走らない、給水車2台募集。帰りはバスターミナルから路線バスでライカムまで。

ニュースあいくり

☆新会員、完走講座から渡口梨里(とぐちりり)さん。これで会員は67名。

NAHAマラソン完走者

2024/12/1

No.	氏名	順位	タイム	コメント
1	田中淳一	2112	04:23:10	昨年より1分早くfinish。11月にひいた風邪の影響がまだ残っていたので、これでも上出来でしょう。
2	三村晃慶	2846	04:38:04	岡山のローランナー、コメントは1面参照。
3	蒲地郁江	2848	04:38:05	三村さんの伴走。感動の3泊4日の旅ランでした。超手厚いサポートで、安心して快適に走れました。
4	田賀麻美	2845	04:38:04	三村さんのサブ伴走。1人で走った時よりも楽しく&早くゴールすることができました！
5	平良道彦	2902	04:39:03	
6	齋藤譲二	3111	04:42:46	三村さんのサブ伴走。三村さん速かったー！！田賀さんも凄い！！私は最後までついていけませんでした。
7	仲村昭夫	4075	04:57:18	スタート時に楽しんで走ろうと思ったが苦しいマラソンでした。準備された皆さんありがとうございます。
8	生天目花蓮	5442	05:16:06	完走できて嬉しい。2年ぶりまじめに走った自分をほめてあげます。
9	新垣千代美	8612	05:48:19	沿道の応援と伴ネットのサポートがなくては完走はできません。感謝です！
10	平田亜紀子	9263	05:52:41	積極的に水分補給。給水所、応援の皆様のエイドで乗り越えました～完走後のお弁当&ビールが『うまっ♪』
11	當銘優子	9409	05:53:42	完走。いつもながらNAHAは暑い！！
12	波上こずみ	9849	05:56:06	あきらめそうになりましたが完走できてよかったです！
13	奥平広光	10309	05:58:44	途中脚がつったりしたが完走出来て良かった～
14	新川洋和	10305	05:58:44	奥平さんの伴走。二人とも脚がつったりしたが完走出来て良かった。サブの志良堂さんお疲れ様でした。ありがとう
15	志良堂徹	10310	05:58:44	奥平さんのサブ伴走参加。足が攣っても走り続ける奥平さん凄かったです。
16	兼城麻樹	10334	05:58:52	ペース配分が難しく、後半気持ちが折れてしまいましたが完走できてよかったです。
17	山田昌輝	11465	06:05:28	すごく暑くて何回もリタイアしようとしたのですが、皆さんの顔が浮かんでがんばりました。
18	山原和美	12356	06:10:11	前半好調！が、糸満から、膝痛み&ふくらはぎの張り…。仲間の声かけと沿道の声援に後押しされギリギリゴール！
19	大城早喜	12481	06:10:38	完走講座
20	謝花良幸	13680	06:15:41	前半は調子良かったものの後半たれてしまった。呉屋さんも佐々木さんも伴走ありがとうございました。
21	伊藤隆和	13678	06:15:41	謝花さんの伴走。25km辺りで完走は諦めてましたが、無事競技場まで辿り着けました。楽しい42kmでした。
22	佐々木直行	13679	06:15:41	初めての伴走ランで、レース前はうまく出来るか不安がありました。また伴走をする機会があれば是非挑戦したい。
23	呉屋陽慈	13681	06:15:41	謝花さんのサブ伴走。
24	江上 幸子	13715	06:15:52	人生初のフルマラソンを満喫。練習不足な上に暑さとの闘い。会長にスタートから40km地点までサポート。
25	親泊政哉	13943	06:18:00	40キロ地点で足がつり時間もなく焦りました。まだまだだなと実感しました。
26	仲村康貴	14062	06:19:42	ローランナーズ。
27	大城高志	14063	06:19:42	仲村さんの伴走。3秒前にゲートくぐりました！残り2kmからの仲村さんのラストスパート素晴らしかった。
28	根間恵美	14061	06:19:42	仲村さんのサブ伴走。最後尾車に煽られながらも、最後まで諦める事なく3秒前に滑り込んだ仲村さんに感動。

他にも24名の完走できなかった方やボランティアからコメントをいただきましたが、紙面の都合で掲載できませんでした。お詫びいたします。