

## 前橋ランナーズの活動状況のお知らせ

20年9月8日

秋の空模様もなかなか訪れずに「暑さ寒さも彼岸まで」のことわざの様な秋の香も猛暑日に耐える庭木の枝にも感じられました。また、一極集中的な豪雨も各地の被害状況が報じられました。

9月に入りようやく猛暑日も若干遠のいて、朝夕のしのぎ易さも遅ればせながらの今日この頃ですね。

やや遅れての報告になりますが、本会の活動もコロナ禍等により若干出遅れ気味でしたが、8月23日には「あかぎ大沼バーチャルトライアル 2020」へ4名の皆さんと参加し、猛暑の中の赤城山の温度差と空気を楽しんだとのお話も頂きました。この大会は8月中開催されてこの間に走りたい時間に走りたい仲間と距離を置いてのランニング等のSTRAVAソフトを挿入のスマホを友としての走りでした。

9月7日現在、その集積のデータも開示されています。まだまだ改善の余地はありますが、新しいランニングのチャレンジの方法として筆者も体験させて頂きました。

経過等をスマホのラインで写真を添付して公表し、その後自宅にてパソコンで修正し、本会のHPの掲示板に投稿することが出来ました。

時間のある方は結果について下記のURLをクリック参加して見ては如何でしょうか。

出場いただきました皆さまには待ち遠しい思いをさせてしいましたが、

ようやく、ホームページより総合成績を発表させて頂きました！

こちらのリンクからもご確認いただけます！

5kmの部

<http://www.maebashi-cc.or.jp/sportsinfo/wp-content/uploads/2020/07/4895e31648a1f3f04c7ce90a4301f747.pdf>

10kmの部

<http://www.maebashi-cc.or.jp/sportsinfo/wp-content/uploads/2020/07/9803e47fd6a5869114f1c41e8ac06df3.pdf>

20kmの部

<http://www.maebashi-cc.or.jp/sportsinfo/wp-content/uploads/2020/07/41f41c6a6aad5566dc2428bd6e8edf22.pdf>

時間を要した幾つかの理由は、

「エントリー内容」=申請いただいた「走る日付」や「エントリー種目」が一致しない。

「エントリーで入力されているアカウント名」と「STRAVA上のアカウント名」が一致しない、

「STRAVA」で「前橋市まちづくり公社」がフォローされていなかった...と言うものがほとんどです。

事務局からの説明が正確に伝えられなかったことを反省しているのは大前提ですが。

[https://m.facebook.com/story.php?story\\_fbid=320715265936207&id=103831154291287](https://m.facebook.com/story.php?story_fbid=320715265936207&id=103831154291287)

---

訃報

☆ 前橋ランナーズ初代会長中村宏様の訃報に接しました。初代会長として多方面に亘りご活躍頂きました。心からご冥福をお祈り申し上げます。(会員一同)

故中村 宏(なかむら ひろし) 儀  
前橋市(告別式は家族葬で行われた)  
お別れ会 10月10日 14時から前橋メモリード  
ホールで行う  
2020年08月12日逝去 87歳

## 幹事会報告

9月7日開催の幹事会に於いて次の様な議題で議論を進めて参りましたのでご報告いたします。

### 報告事項

- 1 SO 陸上連携練習会について
- 2 8/5 スポーツ都市政策報告会
- 3 近藤さんとの連携事業・王山運動公園練習会実施状況・ラインのこと
- 4 あかぎ大沼バーチャルトライアル開催について アプリダウンロードの件 9月6日現在の結果
- 5 前橋ランニングクラブ連合会の件 参考 ポスターその2
- 6 その他

### 議題

- 1 2020年度前橋ランナーズの運営方針について
- 2 近藤さんとの連携事業 実施状況確認 9月実施表
- 3 活動状況の通信システムの検討について 活動状況のデジタル化への道
- 4 前橋市民提案型への応募について
- 5 その他 次回は10月5日(月) 18:30 元気21 3F会議室

### 同封資料

あかぎ大沼バーチャルトライアル 2020 実施結果  
3種目結果 1Pのみ抜粋 別刷り

---

☆活動状況 掲示板・ブログから抜粋☆

あかぎ大沼バーチャル大会 前橋ランナーズ HP 掲示板から抜粋

投稿者:小須田稔 投稿日:2020年9月2日(水)11時24分33秒 返信・引用

8月23日(日) あかぎ大沼バーチャル大会が開催されました

遅くなりましたが8月23日のラインから抜粋投稿しました。

07:15 前橋ランナーズ 赤城山山頂は涼しいよ。風は冷たいぐらいに感じてきまーす。みんな元気で楽しめます。小須田

08:46 清水ヒデ 涼しくて良かったですね！頑張ってくださいね！清水

09:18 前橋ランナーズからは アカギバーチャル大会にて青木、藤川、小須田は1周で終了。山口さんはまだ周回中。アンダーラインはLINEで現地投稿。

スタートの直前に山本前橋市長(左から2人目)と撮りました。山口さんは不在でした。



## 街中ウォーク往復      ブログ抜粋

9月3日(木) 9月に入った途端に猛暑続きの空気が違ってきました。日中の残暑は厳しさはありますが、風はすっかり変わってくれました。風立ちぬ・・・

風を浴びてバイクの旅にと思ったが、心地よい風を思いっきり受け止めようとウォーキングに切り替えました。というのは、活動量計の8月分のチェックに、街中のウォーキングステーションへ。

アーケードの一角で月初めの3日は恒例の「弁天ワッセ」の開催中で、ちょこっと立ち寄り。



大蓮寺の六地藏も横並びで名演奏の鑑賞中か？

8月も、全日1万歩超： 平均値歩数 14,689 歩、アクティブ歩数 13,733 歩 を記録。

本日は、往復で 10.18km 16,551 歩の歩数でした。 (高)

## 涼を求めて天狗岩用水巡り

9月5日(土) 王山運動場練習会でしたが、暑さがぶり返してきましたのでグラウンドでの練習を回避して天狗岩用水沿いの散策へ。

両手に(ちょっと昔のお嬢さんの)花!とのブラ3人旅・・・

八幡川との合流点から暗渠となっている用水の上と用水沿いの遊歩道のコースを進む。

五千石堰用水の取水口には水天宮も祀られていました。

五千石堰用水は総社城の築かれていた総社台地を潤して元景寺あたりを東から南へと。

さらに南の光厳寺へ向かう途中で桐ちゃんの知り合いに遭遇、思わぬ差し入れをゲット。ごちそうさまでした。

総社郵便局と総社大神宮の脇にこんな道路元標を発見・・・まさにブラマルマル気分を満喫。(高)



☆ スマホは必需品ですが。通話から文字も写真も遊びで楽しみ、健康長寿と結果情報を世界中にお知らせをしましょう。(会長)

☆ Lineのお仲間にご招待計画実施中。全員参加になればいいね。

申込は石原さん又は小須田へご連絡をお願いします。

## 近藤コーチ 9月の予定表

日程	曜日	大会・スクール	会場	備考
2日・3日・4日	火・水・木	王山グランド管理 15時～18時	王山グランド	
5日	土	王山グランド管理 7時～10時	王山グランド	
8日・9日・10日	火・水・木	王山グランド管理 15時～18時	王山グランド	
12日	土	王山グランド管理 8時～11時	王山グランド	
13日	日	合同練習会	渋川総合公園運動場クロ カンコース	
13日	日	S Oランニングスクール 13時～15時	群馬県総合運動公園	
19日	土	王山グランド管理 9時～11時	王山グランド	
20日	日	S Oランニングスクール 13時～15時	群馬県総合運動公園	
22日・23日・24日	火・水・木	王山グランド管理 15時～18時	王山グランド	
29日・30日	火・水	王山グランド管理 15時～18時	王山グランド	

※8月は15日・23日と4クラブ合同練習会(赤城大沼)を企画しました。

合計80名の方の参加でした。

※企画として13日に渋川総合公園運動場で合同練習会を予定しています。

詳細につきましては後日各クラブへ連絡します。

クロカンコースで凹凸に確り慣れて体力をつけましょう。

日頃使っていない筋肉に刺激を与えます。

練習をする時は ①平日時間制限8時～18時まで(土・日・祝日は6時から)

※9月も土・日曜日は8時～11時頃まで王山グランドに行っておりますので練習に来てみてください。

※土曜日に早朝練習をするクラブ・個人が増えてきました。仲間と一緒に走りましょう。

※S Oランニングスクールについては予定日は決定していますが会場が未定です。その都度の連絡対応です。

前橋ランナーズのメンバーも木曜日16時から18時頃、土曜日は6時半ごろから8時頃まで各自の都合に合わせて走ったり歩いたり見学したりで時間を楽しんでいます。ご来場ください。なお、入場の際のコロナ対応の記載にご協力下さい。

中秋の風に誘われ朝のラン

山麓に秋津の舞いに雲の笑み

総