

新日本スポーツ連盟滋賀県連盟 Running Club  
**びわこランナーズ**  
 Since 1977

**ランニングNEWS 363号**



〒520-0047 大津市浜大津 4-1-1 明日都浜大津 大津市市民活動センター内  
 発行責任者 渋谷敏久 (TEL/FAX 077-566-2810) 携帯 (090-6554-6409)  
 E-mail(事務局) [capriconus.1226.katsumi@gmail.com](mailto:capriconus.1226.katsumi@gmail.com) (高畑克己)  
 URL [http://homepage2.nifty.com/njsf\\_shiga/](http://homepage2.nifty.com/njsf_shiga/)

発行日 2018年7月1日

**大津月例マラソン**

第193回 2018年6月10日(日) 9:30

会場: 膳所城跡公園スタート・ゴール なぎさ公園

後援: 大津市・大津市教育委員会

ゴール 順位	種目区分	参加種目	区分 順位	ゼッケン	氏名	タイム
10	第1部	男子 10km		8	磯野 祐路	38分11秒
11				398	宮脇 迅	40分06秒
12				29	上田 格也	40分14秒
13				267	上山 智	41分24秒
14				43	平岡 賢治	41分29秒
15				30	村田 昭一	42分52秒
16				275	南出 陽	44分13秒
17				108	富川 真佐夫	45分36秒
19				118	池田 高德	48分19秒
20				362	中尾 弘海	48分32秒
21				115	野上 慎二	56分57秒
22				20	森本 治夫	57分06秒◎
18	第2部	女子 10km		390	木村 祐子	45分36秒
3	第3部	男子 5km		284	林 裕之	19分39秒
5				65	森本 亮一	23分42秒◎
4				5	瀬川 繁信	25分33秒
6				25	古賀 和雄	25分58秒
8				2	星 利三	28分12秒
9				16	渋谷 敏久	29分38秒
7	第4部	女子 5km		410	前川 明子	27分24秒
1	第5部	ジュニア1.2km		104	川島 憲志	05分30秒
2				367	畑 陽翔	06分17秒

<運営スタッフ>

スターター	村田 哲也
計時	山本 高巳
記録	村田 峯子
着順	村田 峯子
コース誘導	西橋 洋
周回チェック	村田 哲也

気温 21℃  
 天候 曇り

◎は2017年度以降自己ベスト

今回の月例マラソンは曇り空、今にも降り出しそうな天候にの中、開催されました。

参加者は 26名(ランナー22名+スタッフ4名)でした。

会員の皆さんの2017年度の月例マラソン参加状況と、出場したコース(部)のベストタイムが纏まり(別途会員には配信予定)今回から、2017年度のベストタイムをベースに自己記録を更新した人を月例の後に紹介するにしました。また各部の上位タイムの方も紹介させて頂くことにしました。

月例マラソンは競走ではありませんが、日頃の練習の成果を発揮する場でありますので、頑張っている人を紹介して、皆さんの励みにして頂ければと思います。

今回は、森本治夫さん(10km)と森本亮一さん(5km)が自己ベストを更新されました。

## びわこランナーズ練習会報告

🏃‍♂️🏃‍♀️🏃‍♂️🏃‍♀️第3日曜日 練習会 報告🏃‍♂️🏃‍♀️🏃‍♂️🏃‍♀️

6月17日 (日)

<メニュー>

🏃‍♂️🏃‍♀️🏃‍♂️🏃‍♀️ウォーミングアップ  
トリムコース3周

🏃‍♂️🏃‍♀️🏃‍♂️🏃‍♀️ひろみコース往復 (10km)

🏃‍♂️🏃‍♀️🏃‍♂️🏃‍♀️100m上り坂ダッシュ 5本!

🏃‍♂️🏃‍♀️🏃‍♂️🏃‍♀️筋トレ (腕立て、腿上げ、  
腹筋 20回×3本)

🏃‍♂️🏃‍♀️🏃‍♂️🏃‍♀️ストレッチ

🏃‍♂️🏃‍♀️🏃‍♂️🏃‍♀️コンビニ休憩



**!! 7月の練習会はありません!!**

7月15日は『びわこ1周リレーラン』が  
開催されるため、『びわこランナーズ練習会』は、  
ありません。 次回は8月19日 第3日曜日  
皇子山球場東駐車場 8時40分スタートです。

びわこランナーズ第3日曜日 練習会

【開催日時】毎月 第3日曜日

※ 都合により変更することもあります!

【集合場所】皇子山球場東駐車場

【スタート時刻】午前 8時40分

## 第70回希望ヶ丘3時間走&BBQ

2018年6月24日

「マラソンのつぼ」さんとのクラブ交流も。

6月24日(日)第70回希望ヶ丘3時間走が行われました。

今回は「マラソンのつぼ」のメンバーさんと一緒に走り、走った後、BBQでの親睦会が実現しました。きっかけは、昨年「マラソンのつぼ」創立20周年記念行事で、古賀さんに講演をお願いした事で、機会があれば今後交流していきたいとの話が持ち上がり、村田昭一さんの同級生がマラソンのつぼのメンバーにいらっしゃるとのことで話が進み、今回のクラブ交流につながりました。

参加者は3時間走にびわこランナーズから21名、マラソンのつぼから11名。

BBQにはびわこランナーズから16名、マラソンのつぼから10名 (総勢27名)が参加しました。



3時間走&BQ&親睦会お疲れ様でした。

楽しかったですが暑かったですね、焼きそば焼きながら、私もコンガリ日焼けしました。  
帰宅後、まらそのツボの友達から御礼のメッセージが有りました。・・・村田昭一

“今日はありがとう😊☺  
つぼのメンバーから、『楽しかった。ありがとうございます』と伝えてほしいと言われました  
お世話になりましたつぎはつぼが招待します  
楽しみに待っていてください🙌👍👏👏👏👏👏👏 “



マラソンのつぼ  
若林会長👏



**新会員紹介**

6月に伊藤寛之さんが新規入会登録されました。  
先日の3時間走&BBQから参加されました  
よろしくお願いたします。

会員 NO. (ゼッケン)	氏 名	居住地	走歴	年齢	血液型
120	いとう ひろゆき 伊藤 寛之	守山市欲賀町	7	57歳	B

単身赴任先の千葉県から8年ぶりに滋賀県に帰ってきました。  
びわこランナーズに興味をもってHPを見させてもらいました。行事の中では、びわ湖一周や、千葉でも参加していた反核マラソンに興味があります。  
どうかよろしくお願いたします。

**この後の活動計画(2018/7月~9月)**
**(第194回)大津月例マラソン の開催は  
7月8日(第2日曜日)です。**

○集合場所：膳所城跡公園

○受付 8:45~9:15 ①スタート 9:30

194回大津月例マラソンの運営担当はDグループのメンバーの方が担当となります。  
よろしくお願いたします <月例マラソンに参加する方へのお願>

○各自のナンバーカードをお持ちの方は必ず忘れないように持参して、それを使ってください

7月8日	日	第194回大津月例マラソン	膳所公園・なぎさ公園	※
7月15日	日	びわ湖一周リレーRUN	コース 湖北コース(高島~長浜)	
8月5日	日	第195回大津月例マラソン ビアガーデン(BBQ)	膳所公園・なぎさ公園 別途案内	※
8月6日	月	滋賀反核平和マラソン	長浜市役所~県庁	集合8:30 スタート
8月19日	日	練習会		
9月9日	日	第196回大津月例マラソン	膳所公園・なぎさ公園	※
9月16日	日	練習会		
9月23日	日	第71回希望ヶ丘3時間走&BBQ	野洲希望が丘文化公園	9:00スタート

**お知らせ****第195回月例マラソン&ビアパーティの予告案内**

8月5日(日)の第195回月例マラソンの開催時間帯を変更させていただきます。

コースは通常の月例マラソンと同じ。

- 14:40 役員集合
- 14:45~15:15 エントリー受付
- 15:30 スタート
- 17:00 終了・ビアパーティ会場に移動。

ビアパーティ会場は

【びわこの千松】とします。仮予約済み

- 送迎有(帰りは石山駅迄)
- お風呂利用可(入浴は17:30~)
- 参加費 調整中 別途ご案内します  
(通常より安い参加費用の設定を予定しています) 是非予定に入れておいてください。

お間違えの無い様にお願いたします。

◎7月15日のびわ湖一周リレーRUNの申込みの未だの方はお急ぎください。

7月5日までに 伝助またはFAXでお願いたします。 <https://densuke.biz/list?cd=ye7dK5t73XWVvA2r>

◎8月6日(月) 滋賀反核平和マラソンにご参加ください。案内チラシ添付します