

## コロナ禍を乗り越えて、初戦から自己新記録続出

新型コロナウイルス感染症の影響により、今年度の競走部の活動には非常に多くの制約がかかっております。3月下旬から活動を自粛し、自主練習期間が長く続きました。7月から日吉陸上競技場が利用可能となりましたが、毎年恒例の夏合宿を中止としたため、例年以上の猛暑となった8月は、夜間や早朝の涼しい時間帯にポイント練習を実施するなど、工夫を重ねてきました。

その成果を確認する機会として、**9月26日に日吉にて慶大競技会を開催**しました。今年度の初戦ではありますが、チーム内の**箱根駅伝予選会の出場メンバー選考会**と位置付けていたため、小雨の降る中、無観客という状況にも拘わらず、選手達は非常に積極的かつ粘り強い走りを見せ、多くの選手が10000mの自己ベストを更新することができました。先の見通せない困難な状況下でも気持ちを切らさず努力を重ねてきた選手達の、今年にかける熱い思いが結実した素晴らしい結果となりました（2ページ目に全結果掲載）。

10月17日の箱根駅伝予選会も無観客での開催となりますが、テレビやネットでの応援をよろしくお願い申し上げます。



### 杉浦 慧 長距離ブロック長（政3・成蹊） 29'22"26

この冬は怪我により入学以来最も苦しい日々を送りましたが、自粛期間を実家で過ごし、じっくり自分と向き合うことができました。また、合宿に行けず精神的に辛い夏も、チームの競争に乗ることで持ち堪えることができました。課題である悪条件下での練習やメンタルの強化にもつながら、結果的に昨年よりも走行距離は増え、納得のいく練習ができました。今回の慶大競技会では、チームで最も成長している森田を倒し、チームトップで走り切ることが目標でした。また、ひそかに塾記録も狙っていました。3000m過ぎからずっと先頭で、正直一人旅はかなりきつかったのですが、夏の成果が発揮されPBを更新、全日本インカレの標準も突破できました。状態は上り調子なので、引き続き頑張って予選会を迎える所存です。今後も応援のほど、宜しくお願い致します。



### 森田 剛史（経2・慶應湘南藤沢） 29'33"53

昨年の夏以降ずっと怪我に苦しみ、本格的に練習を再開できたのは今年の5月でした。復帰当初はチームメイトについていけませんでした。腐らずに地道な努力を続けました。走る前の筋トレ、走り終わった後のストレッチ等、怪我をしないよう最善を尽くしました。その結果、今年の夏は大きな怪我をせずに乗り切ることができ、今回10000mのPBを大幅に更新することができました。今回のPB更新は、チームメイトやOB・OGの方々からの応援の賜物です。この場を借りて御礼申し上げます。予選会では自分らしい走りをして少しでもチームに貢献できるよう頑張ります！



### 司代 隼（法3・希望ヶ丘） 29'36"56

なんとか自己ベストを更新できました。今年は新型コロナウイルスの影響で大会も夏合宿も中止になってしまい、自分が今どのような立ち位置にいるのかわからないという不安がありました。そういう意味で、今回の自己ベスト更新は、安心しました。しかし、決して満足はしていません。今年中に塾記録と、28分台を必ず出します。箱根駅伝予選会までもう間もなくとなり、チームとしていい雰囲気になっています。一丸となって、より一層質の高い練習に取り組んでまいります。



### 貝川 裕亮（環2・美濃加茂） 29'54"99

自己ベストを約1分更新し、今シーズンの目標の1つであった29分台を出すことができました。去年の冬の故障やコロナによる自粛期間という逆境が続きましたが、エクササイズやケアの徹底、Bチームの練習を継続して地道に積むことを心がけてきました。夏は合宿に行けず、過酷な状況でしたが、Aチームの練習に食らいつくことで身も心も成長できたと思います。思うように走れなかった1年間の悔しさがバネとなり、結果に繋がられたこと、そしてチームのレベルアップに貢献出来たことを、嬉しく思います。この結果に満足せず、29分30秒、28分台と、どんどん上を目指し、チームを引っ張っていける存在になれるよう、練習に励んでまいります。予選会まで残りわずかな時間の中で、やるべきこと、できることを遂行し、チームに貢献できるよう身を引き締めて練習に挑んでまいります。

## 慶應義塾大学競技会 10000m 結果 (9月26日 日吉陸上競技場)

杉浦 慧	(政3・成蹊)	29'22"26	PB 日本インカレB標準 & 関東インカレA標準突破
森田 剛史	(経2・慶應湘南藤沢)	29'33"53	PB 関東インカレB標準記録突破
司代 隼	(政3・希望ヶ丘)	29'36"56	PB 関東インカレB標準記録突破
貝川 裕亮	(環2・美濃加茂)	29'54"99	PB 関東インカレ ハーフマラソン標準記録突破
前田 拓海	(法3・新潟)	30'03"02	PB 関東インカレ ハーフマラソン標準記録突破
内藤 拓海	(商3・大東文化一)	30'03"34	PB 関東インカレ ハーフマラソン標準記録突破
前原 裕磨	(政2・熊谷)	30'10"42	関東インカレ ハーフマラソン標準記録突破
印藤 剛	(経3・慶應義塾)	30'17"28	
櫛野 公資	(法2・慶應義塾)	30'55"15	PB
黒澤 瑛紀	(総1・新島学園)	30'58"59	初挑戦
朝倉 万響	(商2・大宮開成)	31'01"48	PB
金子 大将	(環4・明大中野)	31'44"95	
河野 慶太	(環2・大分東明)	32'13"13	初挑戦
大木 啓矢	(政1・鎌倉学園)	32'16"77	初挑戦

## 慶應義塾体育会競走部 10000m 歴代記録

1	29'14"78	亀田 健一	加古川東	2006.11.25	第81回・第82回箱根駅伝出場 (ともに学連選抜10区)
2	29'22"26	杉浦 慧 (政3)	成蹊	2020.9.26	
3	29'22"41	印藤 剛 (経3)	慶應義塾	2020.3.7	
4	29'33"53	森田 剛史 (経2)	慶應湘南藤沢	2020.9.26	
5	29'36"56	司代 隼 (政3)	希望ヶ丘	2020.9.26	第96回箱根駅伝学生連合チーム選出 (出場はせず)
6	29'37"1	丸山 博邦	国立	2000.10.1	
7	29'40"3	高橋 秀昌	暁星	2000.10.1	
8	29'45"90	根岸 祐太	慶應志木	2017.9.23	第94回箱根駅伝出場 (学生連合8区)
9	29'47"6	佐伯 力	静岡	1996.12.8	
10	29'48"02	前原 裕磨 (政2)	熊谷	2019.12.22	
11	29'49"60	小野 友生 (総3)	東北	2019.12.22	
12	29'54"99	貝川 裕亮 (環2)	美濃加茂	2020.9.26	
13	29'55"16	清水 拓哉 (法3)	逗子開成	2019.9.21	
14	30'03"02	前田 拓海 (法3)	新潟	2020.9.26	
15	30'03"34	内藤 拓海 (商3)	大東文化一	2020.9.26	
16	30'07"00	門出 康孝	慶應志木	2012.11.24	第89回箱根駅伝学連選抜チーム選出 (出場はせず)
17	30'09"37	鈴木 輝 (理3)	浦和	2019.12.14	

※赤字は現役部員

## スケジュール

10月	9・10・11・24・25 関東インカレ (相模原・江戸川) ※無観客、5000m以上の長距離種目なし、対校戦なし 17 (土) 箱根駅伝予選会 (立川) ※無観客
-----	---

慶應義塾箱根駅伝プロジェクト事務局 [hakone-pj@keio-tf.org](mailto:hakone-pj@keio-tf.org) (ニュースレター担当: 関西智之/細萱智大)

慶應義塾箱根駅伝プロジェクト公式サイト <https://hakone-pj.keio-tf.org> 慶應義塾体育会競走部公式サイト <http://keio-tf.org>

慶應義塾体育会競走部長距離ブロック Twitterアカウント [https://twitter.com/keiolong\\_mgr](https://twitter.com/keiolong_mgr)