

守谷ハーフ・鹿児島全体合宿編

慶應箱根駅伝プロジェクトニュースレター—2024年2月号

執筆者：上田ひなた（総1・県立船橋）

日頃より、私たち長距離ブロックの活動へのご理解、ご協力、誠にありがとうございます。少しずつ日脚が伸び、吹く風にも春の匂いが感じられる時期となりましたが、皆様いかがお過ごしでしょうか？

2月も日吉陸上競技場の改修工事真っ只中であり、普段のポイント練習は先月に引き続き日産スタジアムの外周で行っております。冬季期間を上手く使って着々と長い距離を走り込み、力を蓄えているため、春先のシーズンイン以降の活躍に期待がかかる選手ばかりです。また、先月の時点では多かった故障者も少しずつ減って練習に復帰している選手が増えてきており、春季に開催される関東インカレや全日本大学駅伝予選会に向けたチームの勢いがだんだんと盛んになってきております。

今月号では、2月中旬頃に開催された守谷ハーフマラソンと下旬に鹿児島県にて開催された競走部全体合宿を中心としたトピックを掲載しております。皆様、是非ご一読下さい！

守谷ハーフマラソン@守谷市役所

2月11日（日）に茨城県守谷市にて開催された守谷ハーフマラソンに5名の選手が出場いたしました。当日は快晴に恵まれ、PBを出したり、ハーフマラソン初出走ながらも狙い通りのタイムで走り切ったりと、それぞれの選手が今持つ力を十分に発揮できたレースとなりました。一方、今回の大会と通して、個人・チームの双方の側面において、今後に向けての改善点が露わになった部分もありました。選手一人ひとりがハーフマラソンの経験を積み、最後までハイスピードで走り切る感覚を掴むことは、10月の箱根駅伝予選会突破へ向けて必要不可欠な準備となります。経験を積んで成長していく選手たちの今後の更なる活躍にご期待ください！



(左) 丸山

(右) 田口



(真ん中) 尼子、稲生



10km地点の選手たちの様子

競走部全体合宿@鹿児島県

2月19日（月）～23日（金）の5日間、鹿児島県にて慶應競走部全体合宿が開催されました。使用させて頂いた陸上競技練習施設、ジャパンアスリートトレーニングセンター大隅は、400mトラックや室内競技場、トレーニングルームやクロスカントリーコースなどの設備が充実しており、選手個人の状態に合わせた環境で練習を行うことができました。5日間を通してあいにくの雨模様でしたが、悪条件の中でも着実に春先に向けた練習を積み重ねていく選手たちの姿には、頼もしさを感じられました。

今回の全体合宿では、競技力の向上と共に、普段の練習中ではあまり関わることのない、他ブロックの選手たちとの交流を深めることももう一つの目標として掲げられていました。取り組む種目に関わらず、私たち競走部は一つのチームです。練習時間に加え、食事やレク企画などの時間を通して様々な部員と関わりを持ったことで、全員で公式戦に臨んでいくというまとまりをより強く意識することができるようになりました。

公式戦では、競走部員が一丸となりチーム目標の達成に向けて突き進んでいきます。これからも、慶應義塾體育會競走部への温かいご声援のほど、よろしくお願いいたします！

フォトギャラリー



大雨の中のポイント練習



JOG中のリラックスした表情



中距離ブロックと一緒にJOG



補強もしっかり



OS1の差し入れ、
ありがとうございます！



3000mSCを見据えた水濺練習

今後の予定

- ・ 3月3日（日） 東京マラソン2024@東京都内
- ・ 3月10日（日） 第27回日本学生ハーフマラソン選手権大会@昭和記念公園
- ・ 3月15日（金）～17日（日） 2023年度関東学連春季オープン競技会@国立競技場
- ・ 3月16日（土）～23日（土） 日吉強化期間@日吉
- ・ 3月29日（金） 第7回国士館大学競技会@国士館大学多摩キャンパス
- ・ 3月30日（土） 第111回平成国際大学記録会@埼玉県三郷市