

## 報告

### ホノルル・マラソンを完走



浅田 拓司

標記マラソンに参加した受講生が全員完走出来た事は、誠に喜ばしく、本教室、そして私個人としても大きな目標を果たしたのでは無いかと思う。この成果は、藤松先生をはじめ諸先生方のご指導と、びわこ成蹊スポーツ大学のご支援のお蔭と、感謝しております。

この公開講座に入るきっかけとなったのは、先ず、広報の記事であった。

しかし、私、ジストリア（不随筋の異常右肩）、年齢66とハンディがあり講座に入るか否か迷ったが、リタイアを覚悟で受講することにした。

先ず、ジョキングから始まった。常にラスト、右肩が気になり面白くない。

走っている内に、汗が出て、タオルで拭いている時に左手でタオルを使って右手を少しコントロール出来ることが判明した。よし、これで、筋トレもガンバル！ この様な気持ちになったのは、教室の雰囲気がとてもアットホームで和やかであったからこそと思い、皆さんに感謝しております。

いよいよ本番、私は、我が息子を伴走者にして、Hさんとスタートした。

藤松先生の言われた「5 km走って5分間

歩く」しかし、雰囲気のにまされたのか、早いペースとなり、Hさんに申し訳なく思っています。30km時点でゼッケンの右のピンが外れ、息子に直してもらった。其の後も2～3回外れた。

これは、不随筋の異常が原因である。35 km付近から、体が重く、足も棒の様になり、歩くことになった。今、思えば、景色を観ながら楽しく走るところか、オーバーペースとなったのが、全ての原因と思う。

やっとフィニシュゲートが見えて来て、走ろうと息子に言われ、何とか、息子とフィニッシュした。涙を抑え息子と共に大感激した。

私の人生の大きな、大きな思い出となるでしょう。

皆さん、本当に、有難うございました。