

■佐渡トキマラソンと グアムハーフマラソン & 駅伝リレーが 姉妹レース協定を 結びました

4月6日(土)、前夜祭の会場で、「佐渡トキマラソン」と毎年10月にアメリカ・グアム島で開催される「グアムココハーフマラソン& 駅伝リレー」の姉妹レース協定の調印式が行われました。



甲斐市長とジョン・ネイサン副局長

府観光局のジョン・ネイサン副局長と甲斐市長が協定書に調印しました。また、交流の一環として、新潟県内のトキマラソン参加者のうち男女1名ずつに、今年10月に開催されるココハーフマラソンの招待状と航空券が大会後に贈られました。

■ランニング教室が開催されました

4月6日(土)、佐渡トキマラソンのゲストランナー、大南博美さん、敬美さん姉妹と、指導者の高橋昌彦さんによるランニング教室が、佐渡市陸上競技場で行われ、小学生から大人までおよそ40名が参加しました。講義では、大南姉妹の経歴などの紹介や、双子の違いをクイズにして出題するなど、参加者を大いに楽しませました。



左から、大南敬美さん、大南博美さん、高橋昌彦さん

また、マラソンの練習方法や当日の食事について、競技中の給水方法など、一流選手の話に参加者は熱心に聞き入っていました。

■実技では、ジョギングと準備運動

のあと、8人のグループ毎に、つま先立ちやつま先を上げて歩く動作や、腰をひねってジャンプをしたり、ももを上げたりと、ランニングの基本となる動作を練習しました。うまくこなす人、慣れない動きに戸惑う人などがいて、今後の練習や競技に大いに役立つランニング教室となりました。



今後開催される佐渡のスポーツ大会

5月12日(日) 2013スポニチ佐渡ロングライド210

午前5時30分スタート

大会会場 佐渡市河原田小学校グラウンド

参加予定人数 3000名

大会ホームページ <http://www.sado-longride.com/>

9月1日(日) 2013佐渡国際トライアスロン

午前6時スタート

大会会場 佐渡市河原田小学校グラウンド

参加予定人数 2000名

大会ホームページ <http://www.scsf.jp/triathlon/>

