

ハイテクニュース

2013年 5月号

発行:ハイテクタウン

東京都千代田区神田神保町1-58

TEL:03-5281-3315 <http://hi-sports.com>



▼お知らせ▼

・5月26日(日)全館休業

※駅伝大会開催・運営にあたり
全館休業とさせていただきます。

・6月15日(土)祝日営業

・6月16日(日)全館休業

※マラソン大会開催・運営にあたり
全館休業とさせていただきます。

☆ハイテク夏合宿IN蓼科☆

7月13日(土)~7月14日(日)

詳しくはスタッフまで。

ショップリニューアルオープン！！

4月1日より、ハイテクタウン内のショップがプーマショップとして誕生!!

ウェアやシューズ、バックなどなど、カラフルで素敵なデザインが揃っています!!プーマのマーク、名前はディランと呼ぶそうです。ショップではCMでもおなじみである「モビウム」の試し履きを実施しております。「モビウム」とは、今までにないソール構造により足周りのフィット感を向上させ、効果的にスピード練習を行えるシューズです。是非皆さんお試しください。

ハイテクスポーツ塾の会員さんは、全商品25%offとなります。

そして、プーマRCの練習会にも無料でご自由にご参加頂けます。

皆さん、一緒に練習しましょう!!今後とも、ハイテクタウンを宜しくお願いします。



ハイテクスポーツ塾練習会



4月7日(日)織田フィールドにて、ハイテクスポーツ塾練習会&小・中学生を対象にしたキッズ練習会が行われました。メニューは2000m+1000m+400m+200m。路面で走るのとは違い、タータンではスピードに乗りやすく、距離やペース感覚を養うことができ、質の高い練習になりました。

きついメニューになりますが、各チームしっかり走りきることが出来ました。メイン練習の後にはお楽しみリレーも行い、メニュー後の疲れも忘れて夢中になって走ってました。

キッズ練習会では、ドリルやダッシュ等の動き作りを取り入れ、最後は100mタイムトライアルを行いました。リレー終了後の大人の方も数名キッズに交じり、お互い刺激を受けながら走ることが出来ました。今後もこのような形でトラック練習も取り入れていきたいと思っております。たくさんのご参加ありがとうございました。



●4月自己ベスト更新者●

大久保 恵美様	1°22'22"→1°19'49"	菅原 麻理様	24'10"→22'36"
(霞ヶ浦マラソン10マイル)		(ランネット駅伝5K)	
石井 成美様	2°25'00"→2°8'18"	長谷川 佳代子様	51'23"
(東日本国際親善マラソン ハーフ)		(葛西臨海公園ナイトマラソン 年代別2位)	
広瀬 芳隆様	14°04'5"	富平 愛美様	53'30"→49'35"
(STY84K 初レース)		(谷川真理テンケー10K)	
村尾 隆介様	3°21'55"→3°12'23"	飯田 剛士様	59'57"→53'23"
(ハワイ・ノースショアマラソン)		(谷川真理テンケー10K)	
		魔法使い太郎ちゃん	21'18"
		(谷川真理テンケー5K 初レース)	

☆第2回谷川真理テンケーマラソン☆

4月21日(日)東京都府中市の武蔵野の森公園にて大会が行われました。

天候には恵まれませんでした、たくさんの方々にお集まり頂きました。

広々とした公園内をスタートし、飛行場を横目に見ながら走れるコースで10K、5K、親子RUNのレースでした。今年には北風が強い中、自己ベストを出された会員さんが3名いらっしゃいました。すばらしいですね!来年は、晴天の中でピクニック気分を味わいながら...是非皆さんも参加しませんか?



ハセツネ挑戦記

(東京都あきる野市)

2012年10月 7日(71.5K11°45'44")

2013年 4月14日(30K4°08'21")

『元気で無事に帰ってきたよ!!』・・・ハセツネ(日本山岳耐久レース 長谷川恒男cup)のゴールがこんなにも嬉しいものなのかと思えた瞬間でした。
東京にある1000m級以上の山々を71.5K、エイドステーション(水分補給だけ)1カ所のみで進む未知のレースと距離、ヘッドライトを付けての夜間走、ハンガーノックにならない為のエネルギーのタイミングなど、全てが初めての経験でした。
緊張と不安のなかでのスタートでしたが、冷静に弱気にならずに行こう!!と走りました。
真っ暗な山の中をスタッフや応援の方達がライトを持って見守り元気づけてくれた事、夜空の星が綺麗で感動した事、厳しい急登で選手同志が励まし声をかけ合った事、ひと口サイズに作ったオニギリが美味しかった事、ラストの金比羅尾根を元気に気持ち良く走れた事、辛い・苦しい時もありましたが、全てを楽しむ事が出来たレースでした。
マラソンでの走力を上げる為に始めたトレイルランニング・・・気づいたら、無心なれパワーを貰える場所となっていました。
一面の緑の木の中を、木が揺れる音・風の心地よさ・鳥の声などを感じて自然の中を楽しみながら走れるのも魅力です。
また、気持ちの弱い私の心も鍛えられたかな(笑)??
まだまだトレイルレースは若葉マークの私ですが、また秋のハセツネにチャレンジしたいと思います。
そして、この経験をマラソンにも活かせるように・・・

☆望月真由様☆

