

# お花見バイク&ラン練習会報告

長与町トライアスロン協会 内海佳治

4月14日(日)に長与町ふれあいグランド駐車場集合、お花見バイクランを開催しました。

当日は、良い天気に恵まれました。

長与～多良見の大村湾沿いをバイクにてのぞみ公園を折返す約38K、その後、同コースを5k地点で折り返す、ラン10kを走りました。今回は、大人15名(長大生3名含)の参加で行いました。残念ながら、桜はほとんど散っていましたがその代わりに、開き始めたつつじの花や、大村湾沿いに咲く藤の花等が歓迎してくれました。ジュニア2名(高宮怜希くん、鈴山瑞稀くん)の参加もありました。参加された皆さん、お疲れ様でした。

下記、参加者のコメントです。

<参加者コメント>

田代 芳則	腰痛の為バイク後のランはリタイヤしました。 天草に向けて頑張ります。
古川 一弥	若い皆さんと一緒に良い汗をかきました。 楽しかったです。
堀田 昇世	集団でアップダウンのあるコースを走れて、良い練習になりました。
川口 英晃	練習不足が確認できました。お疲れ様でした。
井手 善彦	追い込み練習が出来ました。 いいシーズンインが、出来そうです。
稲岡 潤	良い練習が出来ました。ありがとうございます。
川田 清美	天草に向けていい練習が出来ました。 皆で練習すると楽しいです
峰 真由美	とても楽しく走れました！！ありがとうございます。 天草頑張ります。
福嶋 純子	久しぶりの自転車疲れしました。 天草の練習が出来ました。
荒川 千秋	バイクに乗り始めて1カ月。走りごたえのあり過ぎのコースでした。 たくさんサポートしていただきました。ありがとうございました。
寺田 ひなた(長大)	国スポ予選、インカレ予選に向けて自分の今の実力を確認できる 良い機会でした、シーズンインに向けて頑張ります。
早崎 蒼(長大)	1人では絶対にできない練習、できてよかったです。
吉村 建人(長大)	登りといちご、死ぬ程 頑張りました。
内海 由加里	バイクのアップダウンに苦しみながら、久々の風を切るバイクが気持ち良かったです。ランは、予想通り足が動かず超ゆっくりしか走れませんでした。お疲れ様でした！

内海 佳治

天気も良く多くの参加者で楽しく練習会が出来ありがとうございました。自分は練習不足を感じました。これから頑張ります。

