

## 陸上競技(短距離)プログラム報告 2011年5月28日プログラム

日付: 2011 年 5 月 28 日 (土曜日)

分類: [手記](#)



昨日の午前中に平年より十二日も早く入梅した当地では、日付の変わる頃から雨が降りだし、今日のプログラムは雨中のプログラムとなりました。

そんなわけで本部棟でのミーティングの後はふれあい橋の先のログハウスに移動し、其処で大坂PCのリードで準備体操を済ませました。そしてウオーキングですが……

毎回ウオーキングのお喋りのテーマを書いている配布プリントには今回は福祉村からしらこぼと公園までの道順を書きました。九月二十四日の第一回陸上競技会も七月二日の合同練習会もこの公園内の競技場で開かれます。

所でその場所ですが、越谷の市街から思い切り遠い北西の端で、バスが一時間に3~4本通っているかどうかと云う所です。幸い駐車場は広々。というわけで、車で行く人も多かろうとこのプリントを作りました。

こんなわけで、何時も配布プリントで明示しているテーマの表明が有りません。更に、何時もウオーキングのスタートに先立ってターゲットに向かって出発するあのコーチ(ハイ、私です)も動く気配を見せません。今回は何も無しですか？

いいえそんなことは有りません。私はウオーキングの一行のスタートを見届けてから、ジョギングコースを彼らとは逆方向に向かいました。ここらが周回コースの面白いところで、目標がコースの後半にある場合、こっちの方が先に着けるわけです。

で、その目標ですが、千二百メートルライン付近の梅檀の樹です。数年前、この木の下で得々として『梅檀は双葉より芳し』と云う諺の解説をしている小父さんが居ました。実にこれが大間違い。この諺に言う『梅檀』とは白檀のことで、梅檀は殆ど匂わないのです。

と、こんな話を用意して待つこと暫し、一行が見えてきました。先頭はNYちゃんです。彼女を梅檀の樹の前に誘導している間に後続部隊も到着しました。其処で第一問。問題の諺を知っているかどうか訊いて見ました。

ファミリーの何人かが『イエス』の素振りを見せましたがアスリートは無反応です。其処で手短に諺の意味を説明して木の幹の匂いを嗅いでもらいました。『どうだい、匂わないだろう？』というわけです。

此処からは、諺に言う『梅檀』とは『白檀』のことだという話など、兼ねて用意の話をしました。そして最後は、今や社会人のKK君が未だ小学生の頃、此処に落ちていた梅檀の実を拾って駆け出して行った話をしました。

『毒だから食うなよ』と云うこっちの言葉も聞かばこそ。全速力で遠ざかる彼。『あの頃から奴は速かったよ。梅檀は双葉より芳しだ』

最後の下げはイマイチでしたが、落とし話は此処で終わって、再スタートしてログハウスに戻ってもらいました。

ウォーキングの後はふれあい橋からスタートして2000メートル走。その後は短距離走用に特化した軽い筋トレをやって、大坂PCリードの体操の後、十一時三十分に梅雨の最中の雨中のプログラムは”Let’s Go SONS”となりました。

中 村 泰 雄

注:一部人名をイニシャルに変換して掲載しております。