

陸上競技(短距離)プログラム報告 2011年6月25日プログラム

日付: 2011 年 6 月 25 日 (土曜日)

分類: [手記](#)



七月二日のしらこばと運動公園競技場での合同練習会まで残り一週間と迫りました。今日はその練習会前の最後のプログラムとなりました。そのため、練習開始前のミーティングでも練習会に関する件が取り上げられました。例えば当日の練習内容について、具体的に時間を追って説明されました。

配布プリントも練習会絡みで作りました。しらこばと運動公園競技場のトラックの画像を掲げ、このトラックが第三種公認の競技場としては破格の規模(9レーン、400メートル)を持つことを書きました。そしてプリントの後半では

『練習会では大袈裟に言えば世界選手権だって開けるようなトラックで走れるわけです。十分に楽しんで来ましょう』

とアスリートの興味を誘っています。

と云うことで今回もプリントではウォーキングのターゲットを明記していません。とはいえこれはウォーミングアップの為に2キロ弱を歩くと云うことではありません。例によって私はウォーキングのスタートを見送ると、近道を通してウォーキングの最初の目標地点に向かいました。

其処は噴水池の辺、ジョギングコースのアウト側の植え込みです。此処には額紫陽花ソックリの花が咲いているのですが、勿論それは額紫陽花ではありません。その動かぬ証拠は根元に掲げられたプレートで、『甘茶』と書いてあります。

待つほどもなく集団がやって来ました。先頭はNちゃん。例の特徴的な走りで、此方の呼び声を無視して目の前を走り抜けました。五十メートル後れてアスリート、ファミリー、コーチの一団が到着しました。早速質問です。

『この花の名前を知っていますか』

私の問いかけにコーチの一人から期待通りの回答が来ました。

『紫陽花じゃないんですか』

実はこの答えを聞いてホッとしました。もし此処で『甘茶でしょう』なんて答えが出たら話が续かなくなって困り果てたところでしょう。持つべき物はタイミング良く期待に答えてくれる仲間です(笑い)

これで甘茶について説明し、甘茶ソックリの花を咲かせる額紫陽花には毒があることなどを説明して第二目標に向かいました。

第二目標は万葉植物園内の白い手まり形の紫陽花です。ここでは紫陽花の花の色や葉の形について話すことが出来ました。それと一人で先行していたNちゃんに追いつくことも出来ました。これ、予想外の成果かも。

ウォーキングの後、種目別に分かれ、短距離グループは冒険広場横の下り坂を利用してスピード練習をし、その後中長距離グループと合同で400メートルを走り、O君のリードで体操をして、十一時三十分に今日のプログラムを終了しました。c

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。