

陸上競技（短距離）プログラム報告 2014年1月11日（土） 中村 泰雄

今日の午前中に開かれた川口陸上プログラムのミーティングの挨拶は『今年も宜しくお願い致します』で始まりました。そうです。今日は川口陸上の新年最初のプログラムでした。

そのことを意識した訳でも有りませんが、お馴染みの配布プリントは新年の縁起物の南天で作りました。

B5の用紙を縦に使い、上辺中央のタイトルの下に画像を二枚貼り付けました。向かって左は初夏に咲く白い花、右は丁度この時期に枝を彩っている赤い実です。

その下の記事には、ナンテンという名前が『難を転ずる』に通ずることから縁起の良い木とされていることや、稀に太くなった幹は床柱として使われることを、金閣寺の茶室や柴又の帝釈天の大客殿を例に挙げて書きました。

私はウォーミングアップのウォーキングがスタートするのを待って、別コースで南天の植栽されている現場に向かいました。現場はジョギングコースの距離表示の900mの少し先に在ります。

待つこと三分。先頭のSY君の到着です。

それにしても今日はウォーカー&ジョガーの数の多いこと。隙間もなしにゾロゾロ、ゾロゾロ。それで『これがプリントの南天だよ』程度の説明で先に行ってもらいました。続く本隊も、その後の遅れ組も同じ扱いです。こんな事が続くようだと、植物見物のターゲットはジョギングコースから離れた所に見付ける必要が出てくるかも知れません。

この後の2000と1000と400は駅伝の走りを意識して襷をかけて走ってもらい、その後、走りながらの襷リレーの練習をしました。そして11時45分、大阪PCの指導で上がりのストレッチ行い、最後はKY君のリードでエールを叫んで、寒いサムイ（10時に3.6℃）プログラムを終了しました。