

陸上競技（短距離）プログラム報告 2015年11月14日（土）中村 泰雄

今日は十三日（金）の翌日、十四日土曜日、十一月の第二土曜日で川口陸上プログラムの開催日です。起き抜けに見た excite の天気予報では午前九時に『北北東の風2メートル。雨で気温は12℃』となっていました。雨は明日の正午まで降り続く予報です。コンディション悪ウ～。

配布プリントは夾竹桃で作りました。真夏の花ですが未だ数輪咲いています。四年前にも見てもらいました。その時は私が夾竹桃の名前の由来を話し始めるとお母さんの一人が
「この公園の直ぐ傍に真っ白な夾竹桃が咲いてます」

と話し始め、コーチの中からは

「葉とか花とか枝とか、そこらじゅうに毒が有るんだよね」

と話が出ます。此処でかれこれ5～6分、予想外に盛り上がりました。果たして今回はどうなるか。

プリントでは上辺にジョギングコース沿いに咲く夾竹桃の画像を掲げ、其の左右に撫子の絵を添えました。お察しの通り撫子ジャパンを意識した乗りです。お粗末！

さてその夾竹桃の観察ですが、私は準備体操が終わると、アスリートたちのウォーキングのスタートに先行して夾竹桃の柵現場に急ぎました。現場は前回のプログラムで見てもらった梅檀と向かい合う位置、ジョギングコースの250m表示のそば、サイクリングコースのアウト側です。

現場に到着して振り向くとウォーキングの集団は既に50mの近さに迫っていました。先頭はKY君。手を挙げてアイズすると返事が帰って来ました。無事集団到着です。

私は集団を夾竹桃の木の前に見響き、幹に架けられた『口に入れちゃダメ』の表示や、名前の由来になった竹の葉に似た木の葉や、ピンクの花を示して、ごく簡単にプリントの内容を説明しました。雨の中の寒いジョギングコースでのウォーミングアップに長話は敵です。三分後には再スタートしてもらいました。

ウォーキングの後は2000m 1000m 400mを走ってタイムを取り、ログハウスの中で小さなハードルを使って足裁きの練習をし、十一時五十分、磯野コーチ指導の整理体操の後で、KY君のリードでSON埼玉のエールを叫んで、冷たい雨中のプログラムは無事に終了しました。