



主催  
 新日本スポーツ連盟  
 月例湘南マラソン運営委員会  
<http://shonan-run.jimdofree.com/>  
 毎月第一日曜日開催  
 郵便振替00250-9-89070

連絡先 新日本スポーツ連盟湘南地区連盟 〒251-0015 藤沢市川名1丁目3-15  
 緊急連絡先: 橘 俊也 070-3163-8401 (平日)新日本スポーツ連盟神奈川県連盟: 045-534-5553

# ランナーズインタビュー

三浦 淳さん  
(No.15695)

井手 彩子さん  
(No.27722)

佐藤ふみ子さん  
(No.27936)

男性1人と女性2人の3人組が、ゴール後、富士山やゴールの横断幕をバックに楽しそうに記念写真を撮っていたところに声をかけ、インタビューに応じてもらいました。

★一斉スタートではなく、一人ずつ間隔をあけてスタートし、ネットタイム集計をして発表します。  
 1000円(初参加1500円)で、複数種目へのチャレンジもOKです。  
 スタート時間は左記の通りです。

ゴール後の給水には、マイカップ・マイボトルの持参を!! ごみの削減にご協力ください。

## 556回(10月6日)の種目とスター時間

RACE	START TIME
ファミリー(1km)	8:30
1 km	8:45
3 km	9:00
5 km	9:30
10 km	10:10

種目やスタート時間は、WBGT値や砂の体積状況により、変更または中止になることがあります



Q 月例湘南マラソンへの参加のきっかけは?  
 三浦さん(以下 三) ... 10年ほど前から走力アップのために参加しています。

その後、心臓の手術をしたため、最近では体力を回復するためにも参加しています。

井手さん(以下 井)、佐藤さん(以下 佐)ともによこはま月例マラソンをきっかけに、湘南でも月例マラソンをやっていることを知り、昨年からは参加しています。雨の時や暑いときは、お休みしています。(笑)

Q 月例湘南マラソンに

参加してみても感想は?  
 三...海や富士山を見ながら走ることができて気持ちがいい。  
 井...サーファーが多いことや砂も特色の一つとして楽しんで走っています。  
 佐...横浜マラソンに参加するのでその練習の一環として走っています。

Q 今後の月例湘南マラソンへの要望など何でも一言どうぞ  
 三...このまま楽しく走ることのできる環境を維持していただけたらありがたいです。  
 井...速いランナーが多く、次のレースのスタートに間に合わないのでは、間に合うような走力となるように頑張りたい。

佐...ボランティアのみなさん、本当にいつもありがとうございます。  
 (根岸)

## 今月の表彰

連続10回賞(4名) ゼッケン入りランニングシャツ  
(男女共通/白、赤、黒から選択)

27470	白石 誠一	27755	錦織佳奈子
27775	森山知有希	27778	安川 直之

連続20回賞(4名) 月例湘南記念タオル

20410	小林 直樹	25975	鈴木奈穂子
27495	表 健太郎	27506	宇野 修

連続50回賞(3名) 参加3回無料券

26639	井上 邦夫	26758	山田 良信
26770	山田 一雄		

連続75回賞(1名) ゼッケン入りランニングシャツ

25851	綱嶋 理江		
-------	-------	--	--

## 連続賞

## ランナー紹介



連続10回  
27682

井山 英雄さん

## スタッフ募集中

月例湘南マラソンでは、随時、ボランティアスタッフを募集しています。ご興味ある方、ご不明の点がある方は、お気軽にお近くのスタッフまでおたずねください。メール、インスタグラムからも受け付けます。(交通費・軽食支給)



## 砂かき隊募集中!!

月例マラソンの前日、有志メンバーによりコース上の砂かきを行っています。お手伝いいただける方を募集しています。詳しくは、月例湘南HP、インスタグラム、フェイスブックにて

次回は11月3日

## 第555回参加者数

受付数	179名
ファミリー(1km)	19名
1km	98名
3km	105名
5km	72名
5km(2回目)	44名
延べ完走者数	338名

総合(14km) 31名

## 555回総合(14km)上位10位

順位	No.	氏名	タイム
1	10904	小林 英明	56:48
2	16891	猪田 雅人	1:02:23
3	21163	鎌田 祐輔	1:02:47
4	21037	高橋 真人	1:02:56
5	11227	諏訪 隆丸	1:04:08
6	27665	袖之 清乃	1:04:17
7	9173	大森 克実	1:04:40
8	24878	沼上 哲也	1:05:59
9	17848	篠田 隆之	1:06:15
10	27566	長澤 祐介	1:06:22