大分UMCニュース　No. 68

発行/2011年7月27日　発行人/大分ウルトラマラソンクラブ事務局　大津　弘士

HPアドレス　http://www.oct-net.ne.jp/~fuka1026/

☆ 事務局からのご挨拶

梅雨が明け、本格的な夏がくると思いきや、なんだかしっくりこない気候と感じる今日この頃です。が、くれぐれも無理をせず、熱中症には気をつけて充分な給水や休足に心掛け練習に励んでください。

7月初めに行いました湯布院ナイトランは事故・怪我なく無事に終了することができました（Uさん、間一髪でした！）。
参加されたみなさん、お疲れさまでした！サポートして頂いた佐藤（文）さん、ご協力感謝致します。
8月の夏の合宿は昨年同様久住クロカンコース～産山民宿”山の里”を予定しています。1日目のクロカン練習参加のみでも構いませんのでみなさん奮ってご参加ください！よろしくお願いします。

☆ 活動報告

＜ナイトラン練習会＞

7月9～10日に恒例の湯布院ナイトランを行いました。今回は九州横断道路を避け、湯布院から庄内・小野屋へ抜ける73kmコースを選択。サポートの佐藤さんを含む12名で七瀬川公園駐車場から19：00スタート！南由布駅での小宴会、由布岳麓での鹿たちの”お出迎え”！　約12時間たくさんのドラマがあり、初めて参加されたメンバーからは感動の言葉もありました。苦しいながらもよく頑張ったと思います。みなさんお疲れさまでした！

南由布駅で小宴会（？）を行い、前半の疲れを癒しました。後半のやまなみハイウェイへ向け、泡水で気合いを注入しています！

最後のサプリメント（？）としてアイスクリームを頂きました！
いやぁ～おいしかったです！！

☆ これからの活動予定

以下要領にて夏合宿を行いますので多数のご参加をお待ちしております。尚、8／6クロカンコースでの練習会のみ参加も可能ですので、お知り合いや友達を誘って是非ご参加ください！（会費1,000円です）

＜2011夏合宿実施計画＞

1、期日　：　8月6日（土）13：00～7日（日）13：00

2、集合　：　6日13：00久住高原日本一マラソンコース駐車場集合

3、宿泊　：　産山民宿「山の里」熊本県阿蘇郡産山村大字田尻202　　TEL0967－25－2253

4、会費：練習会＋宿泊　11，000円　／　　8／6練習会のみ参加　　1，000円

5、申込：メンバー→グループリーダー→深水会長（幹事090-7475-4475）　～6／4まで
　　クラブ外参加の場合、事務局：大津(080-1738-4835)まで連絡ください。

6、日程：6日（土）13：30～練習（クロスカン2．5km×10周　→各自調整可です）
　　17：00産山民宿「山の里」
　　18：30　宴会（焼き肉）
　　7日（日）早朝練習5：00～朝食　あとは自由練習とします。～13：00解散

前回の会報にて、旧人の方々へアンケート葉書を同封しました。まだ投函されていない方はなるべくお早めにお願いします。

☆ 新人紹介

新たに1名入会されました。新人アンケートも同封していますので、ご覧ください。

羽田野 実（はだの　みのる）さん(44)

フルマラソン完走を目標に、いつかはウルトラマラソン完走を目指すため入会されました。みなさんよろしくお願いします。

マラソンは、超ど素人ですが、フルマラソンを是非完走したいと考えています。まだ挑戦したことはありませんが、今年の秋には、初挑戦したいと思います。脱メタボ予備軍も含めて、ジョギング月間120kmを目標にしましたが、それも達成していないのが実態です。HPを見ていると、ウルトラマラソンクラブと言う名の通り、練習会も凄すぎる内容で驚きですが、一人では、なかなか続かないので、思い切って入会させていただきたいと思います。なでしこJAPANも優勝しましたので、入会決意した次第です。よろしくお願い致します。