



2025年1月29日

持久走競技



1月29日（水）持久走競技が行われました。
班ごとの学生の平均タイムで優勝班を決める
班対抗の部と個人対抗の部で実施します。

この持久走競技は運動能力測定の3000m走の
測定も兼ねています。前回の測定時から記録が
どれくらい伸びているか楽しみです。



この日の気温は5℃。風速7mの風が吹いてい
て体感温度はもっと低く感じました。めちゃく
ちゃ寒かったです。ケガ防止のため、ウォーミン
グアップはしっかりと行いました。ウォーミン
グアップしたとて寒いものは寒いので逆にハイテン
ションになっている学生もいました。





もし競技中に体調不良やケガがあった場合も衛生隊の方が支援に来てくれているので安心です。



測定を正確に行うため、上の写真にあるような機材を用いて測定しました。学生がそれぞれ違う番号が付与されたICタグを腰の辺りに付けた状態で走り、ゴール地点に設置した赤丸で囲ってある黒いマットのような物の上を通過するとその下にあるセンサーが反応し、正確なタイムを記録するというものです。

なんだかハイテクですね。



競技開始直前、スタートの要領の他、注意事項等を指示され、各々出走時刻を待ちます。まもなくスタートです...



一組目スタート！





走り出しは軽快です。





2週目辺りから徐々に差がついてきました。ですが焦りは禁物です。オーバーペースになると途中でバテて記録を落とすことになります。多少の無理は必要ですが、最後に限界を迎えるぐらいのペースで走らなければいけません。簡単ではありませんが、その感覚をつかむためにも、毎日のように走ってきました。



段々と顎も上がり、表情もいい感じになってきました。



1位の選手がゴール。記録は10分56秒。
強風の中、前回の測定よりも1分以上タイムが縮
まったそうです。すごい！



他の選手達も歯を食
いしばってラストの直
線を駆け抜けます。



走り終えた後、
力を出し切って動
けなくなっている
学生もいました。

同期の学生や教
官が労わってあげ
ているところを見
かけたので思わず
パシヤリ。
尊いです。



続いて二組目、スタート前に寒さのあまり、跳ねたり小刻みに体を動かしたりしていました。寒そうですが終わったらきっと汗だくです。



二組目スタート！



コース脇では先に走り終わった学生達が声援を送っていました。

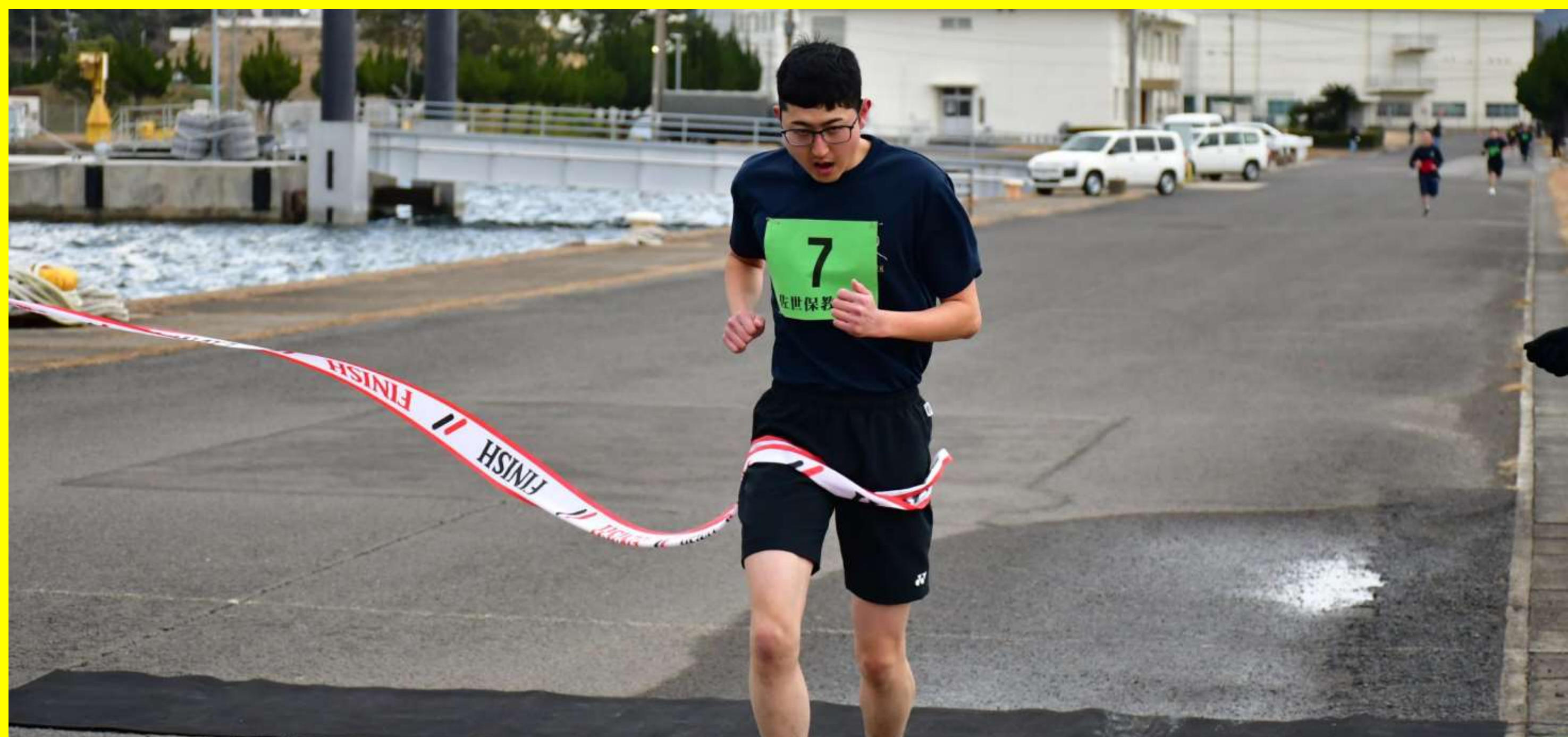


びっくりするぐらい笑顔の学生もいました。
これがランナーズハイというやつでしょうか？





ラスト1週の鐘が鳴り、教官からも檄が飛びます。ここからは気合で走りきるだけです。



1位の選手が後続を大きく引き離してゴール。表情がなくなるまで力を振り絞りました。



みんなちゃんと素敵な表情になりました(>▽<)



ラストの直線をあり得ないスピードで駆け抜けていく学生も。

きっとペース配分を間違えちゃったんだと思います。

もはや短距離走(笑)同期のみんなも笑顔で応援しています。



競技が終わり、学生みんなで片付けです。あれだけキツイことした直後なのに疲れを感じさせない手際でテキパキと動いて片付けていました。すごい体力です。若いって素晴らしい。



片付けが終わったら、あとはタイムの集計を待つのみです。自分の頑張りが平均タイムを上げ、優勝につながるかもしれないので、ただ3 Kmの測定をするよりも頑張れたのではないのでしょうか。お疲れさまでした。

表彰式



集計の結果、優勝した班は第4班でした。
表彰式では優勝班に対する賞状及びトロフィー
授与と個人の成績優秀者（タイムが速かった上位
3名）に対するメダル授与が行われました。
おめでとうございます！

優勝 第4班



個人メダル獲得者

