

9.27^土

静岡県 草薙総合運動場陸上競技場



20歳以下の選手達が日本一を競うU20日本選手権大会が開催され、今年度新人の中川選手が5000mに出場しました。

800mを過ぎたところで先頭に立つとそのまま一度も先頭を譲らず、最後は後続を引き離すパートを見せて、レース内容としても文句なしの堂々たる走りで見事に優勝。今期6度目となる自己記録も更新しました。

静岡県出身の中川選手には会社や家族、友人や後輩など多くの方が現地応援に駆け付け、中川選手の背中を後押しする大きな声援を送って送ってくださいました。

第41回

堂々たる走りで見事優勝!
今期6度目の自己記録更新も!

U20 女子 5000m
中川 千愛 選手
優勝 16分00秒77



今日のレースはランキングが1位だったこともあり、最低限優勝を目標にしていました。

レースの課題として、きつくなっても上半身と脚を連動させて動きが小さくならないように気を付けて我慢し、ラスト2000mからはスピードを切り替えてペースアップする事を意識して挑みました。

目標としていた優勝はできましたが、ラスト1周を60秒台で回ってこれず、また16分を切れなかったことは自分の詰めの甘さと悔しさが残るレースでしたが、実業団での初の地元レースだったので、懐かしさも感じながら楽しむ事ができました。

今後の個人としての目標は5000mで15分台は最低限、日本選手権の標準記録も狙っていきます。現地やLIVE配信での応援、ありがとうございました!ここからは駅伝に向けた調整に入ってくるので、夏に鍛えたスタミナ面を活かしながら実践的なトレーニングに移行してチーム戦の駅伝で、良い流れを作るように準備を進めていきます。

応援して下さる皆さまにワクワクしてもらえるレースをする為に、チーム一丸となって取り組んでいきますので温かいご声援をよろしくお願い致します。



応援ありがとうございました!