

# ホクレン デイズタンスチャレンジ 2022

網走大会

7/13(水)

北海道・網走市宮陸上競技場



絶好の気象条件の中でホクレンDC第4戦の網走大会が開催され、4名の選手が5000mに出場しました。

田村選手が鋭いラストスパートで日本人選手1位(総合4位)の快走を見せ、来年の日本選手権参加標準記録を突破しました。小井戸選手も先頭集団でレースを進め、ラストも粘りに粘って日本人選手4位(総合7位)の好走で前レースの雪辱を果たしました。石澤選手、佐々木芽衣選手も疲労がある中で我慢のレースをすることができ、チームとしても秋の駅伝シーズンに向けて弾みのつく結果となりました。







5000m A組  
**15分38秒61** **4位**  
**田村 紀薫**選手の  
コメント

ホクレンディスタンス2戦目となる今回は、トータルタイムの目標は立てずに、A組の設定タイムである15分40秒(日本選手権参加標準記録)に行けるところまで挑戦してみようという気持ちで臨みました。前回のレースよりも調子を上げられていたことや、気象条件が良かったこともあり、冷静に前回の反省点を思い出しながら走り切ることができました。

15分40秒を切ったのは8年ぶりのことで、振り返ると苦しかったことばかり思い出しますが、諦めてしまいそうな私をいつも周りで支え引っ張り上げてくださった方々がいたからこそ、今の自分があることを改めて感じ、感謝の気持ちでいっぱいです。

これからは駅伝シーズンに向けての準備となりますので、スタッフだけでなく、選手としての目標も見失わずに取り組んでいけたらと思います。

応援ありがとうございました。



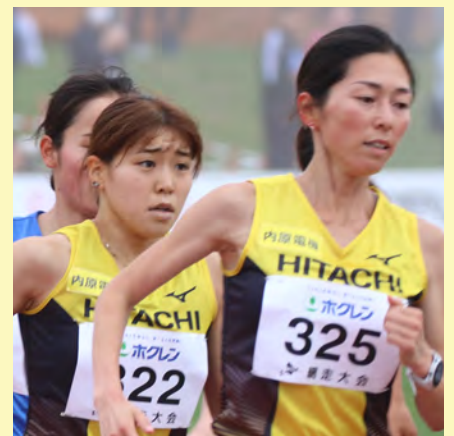
5000m A組  
**15分46秒22** **7位**  
**小井戸 涼**選手の  
コメント

ホクレンDC網走大会では応援ありがとうございました。

前回の深川大会のレース後、結果に対して自分自身を責めてしまい気持ちの切り替えがなかなかできずに辛い時間がありましたがスタッフや家族、会社の方など、応援してくださっている方々からの支えや励ましをいただいたおかげで、前向きな気持ちを持ってスタートラインに立つことができました。

レースではコンディションが良かったこともあって、前半から積極的に走ることができ、きつくなってからもチームの先輩の走りに助けられて最後まで気持ちの入った走りをすることができました。

最後の1戦となる16日の千歳大会でも5000mに出場する予定なので、疲労がある中でも、安定した走りができるように精一杯頑張ります！応援よろしくお願いたします。





5000m A組  
16分16秒28 **19**位  
石澤 ゆかり選手の  
コメント

上半期ラストのレースでしたが、前回よりも少しですがやっと状態が戻ってきた感覚を掴めました。

まだまだタイムを狙えるレベルには戻せていませんが、約1ヶ月の間に多種目で6レースを走るというタフな日々の中で心身共に鍛えられたように感じます。

レース特有の緊張感や闘う雰囲気をとくさん味わうことができ、学びも多かったこの期間を秋のシーズンに向けて、繋げていけるように引き続き頑張ります。

今後ともご声援よろしくお願ひいたします。



5000m B組  
16分21秒04 **12**位  
佐々木 芽衣選手の  
コメント

今回のレースはホクレン大会3戦目となり、目標としては1戦目2戦目を少しでも上回るという気持ちでレースに臨み、めざしているタイムにはまだまだ届いていませんが、確実にレース勘を取り戻すことができた感覚があり、自分にとって収穫のあるレースをすることができました。上期のトラックレースでは結果として、タイムを残せず悔しい気持ちはありますが、この夏はしっかりと走り込んで練習を積み上げ、秋の駅伝に向けて強化していきます。応援ありがとうございました。



**応援ありがとうございました!!**

