

# ～都大会出場者～

2021年 5.8.15.16日

魚沼果敢

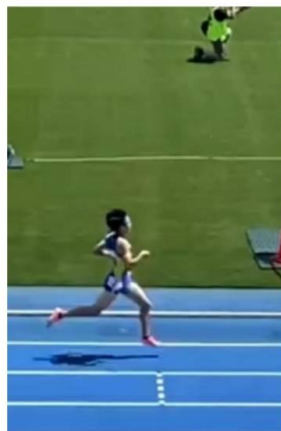
東京田無高校  
TAMASHI TRACK&FIELD



# 200m



中田珠夢 26.90 200予  
26.84 200決



飯塚孝太郎 53.09 200予

トップスピードを意識して走らないと先頭と差がついてしまったりカーブでの減速等を考えてペース配分しました。大会が近づくにつれ、練習中にも緊張で慌ててしまうことがありましたが、顧問の先生で更にやる気を出している姿が見えました。

# 400m



中田珠夢 1'02"20



飯塚孝太郎 53"09

トラック1周と長い距離を走る為コーナーにおける加速のコツやペース配分を意識。いかに最後まで綺麗に踏ん張って走れたかが勝負。

# 100m



佐藤ことは 13"59



応援する仲間達↑

100mはいかに速く走れるか日々の練習で積み重ねてきた努力をどう出すか考えてきました、仲間同士指摘し合いながらも少しの変化に気づき互いに成長していけました。



# 5000m



金木健次郎 14' 09"45  
決 15' 32"30



寝れないくらいの緊張感を持ち  
タイムで悩んで涙を流したこともありましたが、  
でも、  
仲間や顧問の先生方、そして家族の応援のパワーを貰い、  
トラックに入ったら全力で挑む。  
最後まで自分の力を出し切ることができたと思います。

# 100H



高橋麻洸 16"65



コロナ禍で大きな声が出せないため速くからメガホンで応援。

ハードルは1度足がバーに触れると倒れてしまい  
体勢も崩れてしまうので繊細で難しい競技です。  
100mHでは100mの間に跳ぶ為は何回スピードが減速するのかまた  
それをどう補うのか考えて実践するのがとても大変です。  
400mHでは400mという長い距離を  
走るだけでも体力が  
削られるのに更にハードルとなるとペース配分がより  
難しくなりました。

# 1500m



金木健次郎 4' 09"45



鈴木飛雄馬 4' 20"77

# 400H



佐藤ことは 1' 12"86



どんな状況下であれ  
いつも見守ってくれている横断幕。

# 4×400mR

男子 3' 31"56 4×400予



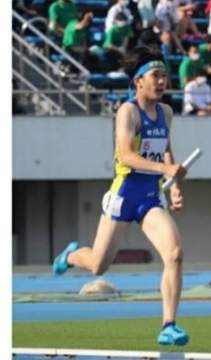
鴨田悠斗



渡辺蓮



飯塚孝太郎



堀篤弥

男子チームは1番最初の時と約10秒縮めるという大きな成長を遂げました。  
勇ましく勢いがあり最後まで走り抜けました。  
女子チームは田無の歴代の記録のトップを飾ることが出来ました。  
どんな壁にぶつかろうとも、まげず励まし合いここまで登ることが出来ました。

女子 4' 13"70 4×400予



佐藤ことは



中田珠夢



高橋麻洸



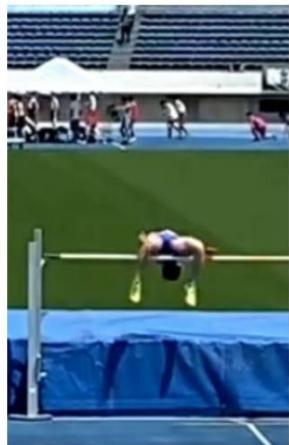
北林優



## 幅跳び ・ 高跳び



渡辺蓮 6m15



北林優 1m50



櫻井愛音 9m64  
決勝 10m18



原央輝 NM

## 円盤 ・ 砲丸



櫻井愛音 35m97



原央輝21m90

# 見事! 関東大会出場決定!!



東京都:第3位  
女子円盤 35m97



～本人からのコメント～

コロナの影響で十分に部活動が出来ないなか、  
沢山の方の支えがあり、日々練習に取り組むことができました。  
家族、顧問の先生をはじめ、今までお世話になった方々に結果で恩返し出来るように、  
そして、3年間目標にしてきた、インターハイ出場を果たせるように、精一杯頑張ります。  
応援よろしくお願いします。

