

# 10月予定表(2018年)

日	曜	マラソン完走応援プロジェクトの関係	その他(岡崎の動き等)
1	月		
2	火	練習会(宇部空港芝生広場) 19:00~	
3	水	練習会(下関陸上競技場前) 19:00~	宿直(岡崎)
4	木	練習会(山口維新公園) 19:00~	
5	金		
6	土	角島夕やけマラソン	「秋吉台お花畑フェスティバル」(岡崎)
7	日		秋吉台草原の復元作業(岡崎)
8	月	下関海響マラソン試走会 8:00 集合	※KRY ラジオ番組生出演 8:40~(岡崎)
9	火	練習会(宇部空港芝生広場) 19:00~	
10	水	練習会(下関陸上競技場前) 19:00~	美祢秋吉台マラソン実行委員会(岡崎)
11	木	練習会(山口維新公園) 19:00~	
12	金		
13	土	赤間関街道試走会「絵堂〜道の駅萩往還公園」	▲
14	日		▼ 主催事業「秋吉台オカリナフェスティバル」(岡崎)
15	月		
16	火	練習会(宇部空港芝生広場) 19:00~	
17	水	練習会(下関陸上競技場前) 19:00~	宿直(岡崎)
18	木	練習会(山口維新公園) 19:00~	
19	金		
20	土	OP練習会「海響2週間前、江汐公園21kmをしっかりとこなそう!」	美祢工高陸上部OB会(岡崎)
21	日	OP練習会「徳佐りんごピクニックラン」 萩石見空港17	主催事業「ドリーネ畑でごぼう掘り」(岡崎)
22	月		
23	火	練習会(宇部空港芝生広場) 19:00~	
24	水	練習会(下関陸上競技場前) 19:00~	海響マラソン現地打合せ及び夜明け説明会(岡崎)
25	木	練習会(山口維新公園) 19:00~	
26	金		
27	土	OP練習会「仕上げのペース走12km」&作戦会議	
28	日		主催事業「ドリーネ畑でごぼう掘りパート2」(岡崎)
29	月		
30	火	練習会(宇部空港芝生広場) 19:00~	
31	水	練習会(下関陸上競技場前) 19:00~	

- 下関海響マラソン試走会 10月8日(祝月) 8:00~集合 8:30~スタート 集合~長府休めり  
現在彦島大橋工事中のためコース変更。長府~彦島に渡らず人工島入口まで往復(約30km)
- 赤間関街道試走会(Vol14) 10月13日(土) 9:00 道の駅萩往還公園集合~乗り合って絵堂へ移動~スタート  
絵堂~明木~道の駅萩往還公園(約15km) ※連絡車~佐崎
- OP練習会「海響2週間前、江汐公園21kmをしっかりとこなそう!」10月20日(土)  
7:40~集合(江汐公園管理棟) 8:00~スタート 1周4.3kmのコースを5周、グループ分けあり 担当~下永
- OP練習会「徳佐りんごピクニックラン」10月21日(日) 担当~平井  
7:30 維新公園②出発 8:10 道の駅長門峡到着 8:30 スタート (20km) 途中りんご園立ち寄り
- OP練習会「仕上げのペース走12km」10月27日(土) 9:30~スタート(セミナーパーク東屋) 担当~岡崎  
目標のレースペースを意識して1周3kmのコースを4周、練習後は本番へ向けてのアドバイスコーナー

※今後11月24日の赤間関街道試走会に向けて、随時試走会を実施します。練習会やホームページで確認してください。

なお、出発地点と到着地点が異なるため車での輸送が必要となります。それと、岡崎の時間が取れそうな時を利用しての試走会のため、用事が入った時には急きょ中止になることがあります。連絡を徹底するため、参加希望者は必ず岡崎までお知らせください。

※メンバーの皆さんは時々ホームページをご覧ください。練習会やイベントの日程や内容変更が掲載されることがあります。「山ロランニングネットワーク」で検索してください。

問い合わせ先(岡崎芳彦) 〒753-0816 山口市吉敷佐畑3-13-35 TEL 090-3171-6517 携帯メール okachan-09031716517@docomo.ne.jp PCメール okazaki.yoshihiko@amber.plala.or.jp
--