

昨年の灼熱スタート→後半の雷嵐 怒涛の大雨 ひょうのつぶて!! フキマ トウ大風の記憶が身体 に今だ染み込んでいる

昨年失敗した全てを 計算上では クリア してきた
脱水状態*コーラ取り過ぎの山トイレ*昨夜からの食欲不振によるガス欠状態*異常なくらいの睡魔*頭痛*判断力低下によるコースミス*最終エイドでの倒れ込み*等
しかしかなりのスピードで走っていたなあ～

今回

問題はハムストリング肉離れ
テーピングぐるぐる巻きで
スタートから 快走!
いけるかも!
21キロ迄の 峠迄は 快調!

な ?
まさか 来たか 一年前の左膝外側のズキン
これは ヤバい きつすぎる三倍!

登りで稼ぐも 得意の 跳ね下り坂 歩けない 涙も枯れる

5月18日

私の誕生日ラン
この状態で どこまで出来るのか

歩いても どうにかなるさ

でも 昨年のタイム より 早くゴールしたい!
峠また峠

景色綺麗!風冷たく心地良い 苦しいから 更に有り難く 心身に深々と染み込む!

このままいけば六時間台 の express かぐや号 は 思わぬ事故により 安全保障運行に 素早く変更*

もどかし過ぎる

走りたいよ! 飛び降りたいよ!

悔しくて 涙も 汗も 引っ込んで 出るのは 痛の冷や汗ばかり!



頭の中でなぜか青江美奈の恍惚のブルースが!!ランナーズハイ??

あとはおぼろ～～ 止めさせろ脳!!

怒るよ! ダブって森進一も登場!!

今年は幻聴アルね!!

ゴールは 今年のタイム 11 分短縮!

前半飛ばした貯金のおかげさまでした*

皆さん快走なので入賞は出来ませんでした

後半下り坂のへま下りで

よく昨年より速かったな～

と、自分を勝利の女神の様に崇め祭って、御神酒三昧でございます♪

昨年一緒にコースミスしたお兄さんのお声掛けや、後半山中でビッコウロウロしている哀れな猫に励ま

しのお声掛けをして頂いた余裕のある先輩方

本当に励みになりました! 有り難うございます!

いくら山が好きとはいえ

きついぞ! でも 岩登り岩こぎ 雪で倒れた大木等 森は凄い。

今年 11 レース目ですが

一応メインのレースで笑ってゴール*大満足です♪

前々回のフルも記録が出せたので

前半期無事クリアです♪

しかし、今の状態では暫く

のんびりと山歩きや、チャリでトレーニングし、痛み解消に尽力したいと!!

次の日曜日の飯能～奥武蔵丸山スーパートレランは多分棄権します。で歩く??

ゴール後は

お灸をされたり、欲張りね～、と言われたり***

まだまだ過酷な世界でした*

素敵な世界有り難うございます!!

スタッフの皆さん本当に有り難うございました!

蛇足: 因みに 今回の 勲章は

走れなかった足の替わりに

木につかまり & 崖滑りの重要なお供の

偉大なる肥大化した細腕ちゃんにも

ラン仲間入りさせてね～..