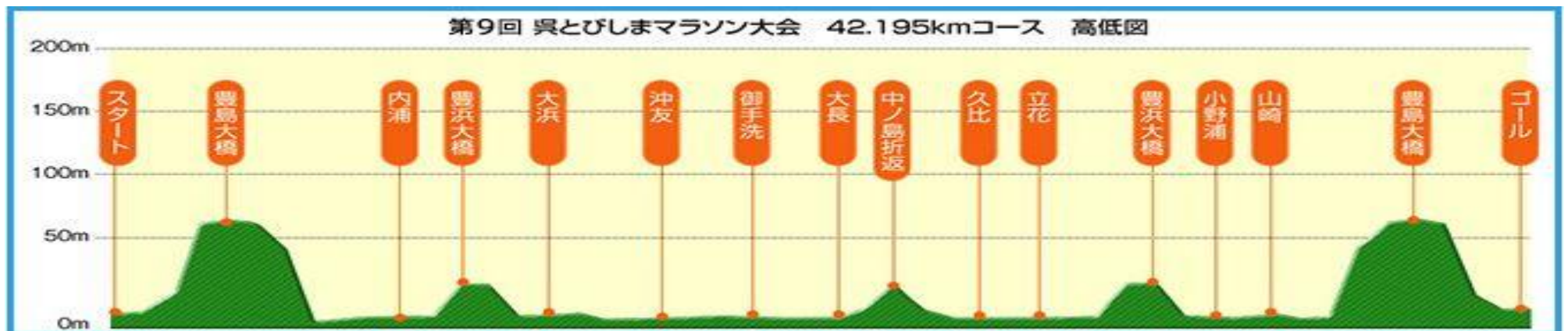


呉とびしまマラソン 2018 コースマップ



第9回呉とびしまマラソン(広島県)2018年2月25日
風光明媚な橋の上り坂に苦しみました。

風光明媚なコースで景色を楽しみながら走るにはとてもよかったのですが、3つの橋の上り坂に苦しめられました。後半の25キロ過ぎ、32キロ過ぎ、37キロ過ぎと、ほぼ5キロごとに3連続で続き、最後の上りは永遠1キロ余りにわたっていました。前半は風も強くレース条件はあまり良くなかったのですが、それでも目標としていた最低ラインのタイムはクリアできました。終わって見れば、年代別(60歳以上)2位入賞でした。

総合評価 93.0 点

次回大会参加者へのアドバイス

前半は抑えめに走り、32キロ過ぎと37キロ過ぎの上り坂まで体力を残しておくのがよいと思います。



第9回呉とびしまマラソン 2018年2月25日

