

トップ選手育成事業『クラブ選手海外派遣活動』

オースティンからの便り

～日本編～

東日本実業団駅伝を終えて…

全日本実業団が終わり、駅伝シーズンに向けて距離を伸ばし始めました。

いままでなかなか東の予選には間に合わせることができていなかった僕は、毎回チームメイトに助けられていました。そうして心の何処かに「どうにかなるだろう」という気持ちがあったのかなとおもいます。そのおごりがなかったら、たればですが、そんなことも思ってしまいます。今年は皆で助け合わなければならない展開でしたが、今年も大した走りはできず、結果は長い歴史に泥を塗る事になってしまいました。

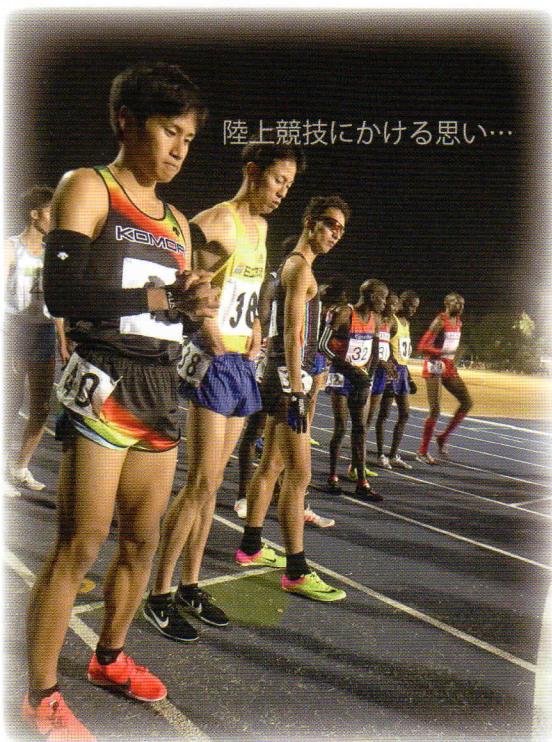
僕にとって特別な駅伝シーズンが一瞬で終わってしまいました。とても悲しいし悔しかったです。この経験、気持ちを糧に頑張りたいと思います。駅伝から色々なことを学びました。昔は興味がなかった駅伝も、少し好きになれた気がします。長い間駅伝の応援ありがとうございました！

今まで学んだ事を個人に繋げていきます！

小森コーポレーション 楠 康成



陸上競技にける思い…



《 駅伝に向けての毎年の準備 》

残念ながらニューイヤー駅伝の出場をチームとして逃してしまいました。残念ではありますが、本人のコメントにもあるように『どうにかなるだろう』そんな気持ちがあったようです。9月末まで中距離を中心に練習を行い、10月から本格的に駅伝練習に移行していく中で、11月3日に開催される東日本実業団駅伝は、康成にとっては距離の練習がまだ不足している時期での駅伝、苦慮していたようです。そんな彼が取り組んだパターンが、毎年11月12月に行われる日体大長距離記録会で5000mを走ることで距離に対する不安を解消し、スピード対応の自信をつけていき、段々ニューイヤー駅伝に向けて長距離の体を作っていたようです。

楠康成（小森コーポレーション）6年の日体大長距離記録会の記録推移

社会人1年		社会人4年	
2012/11月	14' 21" 73	2015/11月	13' 53" 05
2012/12月	14' 21" 98	2015/12月	13' 58" 77
社会人2年		社会人5年	
2013/11月	14' 20" 38	2016/11月	14' 07" 55
2013/12月	14' 20" 52	2016/12月	13' 56" 69
社会人3年		社会人6年	
2014/12月	14' 00" 60	2017/11月	13' 57" 24
11月10000	29' 01" 73	2017/12月	13' 57" 42

康成の高校の5000mのベスト記録は14' 40"です。4年目に13分台に突入しましたが、その後は、この種目ではいけそうでいけない感じです。安定して14分は切れますので、来年以降は一気にこの種目でも記録を伸ばしてくれると思います。

2018年 1500mと5000mでの自己記録の更新を期待しています。 by監督