

アスリート支援事業報告

去る5月10日(土)、熊本県東地区(阿蘇、菊池、合志)における障がい者陸上の練習会および記録会が、阿蘇市農村公園あびか陸上競技場にて開催されました。当法人がサポートしている5名の車いす選手も参加しました。

日ごろは主に室内の練習機(ローラー)を用いたトレーニングが中心となっており、実際のトラックでの練習は久しぶりとなりました。この日の阿蘇は気温15度前後とやや肌寒く、加えて風が強く、車いすが自然に動き出すほどのコンディションでした。

まず全員でしっかりとウォーミングアップを行い、その後、トラック競技で最も重要とされるスタートの練習を重点的に繰り返しました。そして各選手がそれぞれ100m、400m、1500mにチャレンジ。風の影響もあり好記録は難しかったものの、全員が無事に完走を果たしました。

陸上競技に取り組む以上、記録を追求することは重要ですが、それ以上に「健康で継続すること」も大切な要素です。当法人では、「継続こそが健康と記録・成績につながる」という考えのもと、今後も選手の支援を続けてまいります。

天候が不安定な中、それぞれの種目に真摯に取り組んだ選手の皆さん、お疲れ様でした。今後も各自の目標に向けて、一步ずつ進んでいきましょう。

