

## 中学校駅伝夏期強化合宿を終えて

富山陸上競技協会駅伝部

副部長 能 直 樹

富山県中学校駅伝夏期強化合宿が長野県菅平高原で行われるようになって5回目になります。今年度は、昨年度の県中学駅伝大会男女5位までの学校（強化指定校）の選手とトラックレースの1500m、3000mで優秀な記録を出した選手（強化選手）を対象に合宿参加の希望を募ったところ、85名の選手が参加しました。

昨年度までは、主に中学校の陸上競技部顧問の先生が中心となって指導してきましたが、今年度はトータルサポート「Runup」の志水見千子さん、河合美香さん、富山短期大学教授桑守豊美先生に参加していただきまして、いろいろな面で指導に加わっていただきました。

志水さんと河合さんには生徒と一緒に走っていただき、選手一人一人にアドバイスをしていただきました。また、夜のミーティングでは競技に関わる話をしていただいたり、選手の質問に答えていただいたりしました。桑守先生には選手の食事についてデータを取っていただき、具体的に何をどれだけ食べればよいかということをわかりやすく説明していただきました。例年になく有意義な合宿であったと思います。



富山県中学校の課題は、全日本中学校陸上競技大会に出場できる選手を育成することです。参加標準記録は男子3000m9分05秒、女子1500m4分42秒です。この記録を上回る選手が毎年出てくると全国中学校駅伝大会や全国都道府県対抗駅伝大会の成績も向上してくると思います。

私を含め中学校の指導者には競技者としての経験がある方は少なく、駅伝指導についてよくわからないというのが実情です。そこで今回のように、全国のトップレベルで活躍された指導者にアドバイスしていただける機会を与えてくださった富山県総合体育センターの方々には心から感謝申し上げます。そして、このような合宿を来年度以降も実施できることを切望します。

