

還暦マラソン

愛知県 のり

私は今年7月に還暦を迎えました。初マラソンから10年、最初は60歳までマラソンを続けられるなんて全く想像もしていませんでした。30代後半にダイエットで始め、1,2キロ走るのがやっと。その後登山に興味を覚え、オフシーズンのトレーニングとしてジョギングを継続。40代後半からジョギング仲間も増えハーフ、フルと経験しました。この年になっても自己ベスト更新したい、サブ4したい気持ちがあります。久しぶりの我がふるさと神戸マラソン楽しみにしています。

ランナーエピソード 3年ぶりの神戸マラソンの思い出



KOBE MARATHON
2022.11.20 SUN