

1. 2014年度の大会参加結果

2014年度 出場大会結果				
大会名(種別)	開催月	大会模様	結果	評価(★5最高)
堺シティマラソン 10km	4月	毎年参加の大会	59分45秒	
麒麟獅子マラソン	5月	ハーフマラソン 暑く折り返しの坂が、辛い 制限時間:2時間30分以内にゴール で出来ず	2時間34分15秒	コース:★★★ エイド:★(殆どなし) 前夜祭:★★★★ ゴール後:★★★
京都4チャリティファンラン	6月	宝ヶ池の周回コース ハーフマラソン	2時間43分	コース:★★(王道) エイド:★★★(水・お茶・塩あり) 帰りにとんかつでビール最高
夕涼みRUN in大阪城公園2時間走	7月	大阪城内周回コース コースも時間も変更になった	2時間04分44秒	コース:★★ エイド:★★★(氷結果物) 管理人さんお世話になりました
夢高原かっつび伊吹	8月	日本百名山 伊吹山(1.377m)を2時間30分で登 頂する大会	完走証が送ってこなかったのが、タイム オーバでした。	コース:★★★ 登山道をただひたすら走って (歩いて)頂上目指して登るだけ エイド:★★★★★ 近江長岡駅に専用送迎観光バ ス有、伊吹山頂からも迎えあり 交通の心配不要 いぶき薬草湯無料入浴
吹田中之島チャリティラン	9月	吹田中之島周回(2.3k)	8周	コース:★★★ 暑い・暑い エイド:★★★ 有森裕子が色々世話をしてい ます。 スーパ銭湯での打ち上げが最 高です。

2. 2015年度の大会参加予定

種別	開催月	大会名	目標	何でもコメント
10K	4月	堺シティマラソン	1時間以内	
時間走	7月	夕涼みRUN in大阪城公園2時間走	8周以上	
	9月	吹田中之島チャリティラン	10週	
トレイルラン	1月	交野生駒24K(トレイルラン)	楽しく道に迷わずに走り完走。	
	6月	ぷ・RUN ポンポイントレール	楽しく道に迷わずに走り完走。	
	7月	京都ゴーゴー! 比叡山25K	楽しく道に迷わずに走り完走。	
	8月	夢高原かっつび伊吹	2時間30分以内で完走を目指す	完走したい→申し込みできな ければ長浜マラソンに変更
ハーフマラソン大会	5月	麒麟獅子マラソン	2時間30分以内で完走を目指す	
フルマラソン	10月	大阪マラソン	5時間以内で完走	抽選に当たれば
	11月	神戸マラソン	5時間以内で完走	抽選に当たれば
	12月	NAHAマラソン	5時間以内で完走	抽選に当たれば→沖縄マラソン
	2016 2月	横浜マラソン	5時間以内で完走	抽選に当たれば もう一度山下公園を走りたい

10月以降のマラソンについては、抽選結果によって変更

3. 2015年度 目標

体調を整え継続的に練習を続けること。  
フルマラソン:5時間切りを目標