

メニューマニュアル Vol.4

お久しぶりなメニューマですよ。今回はクラブ対抗間近ということで、特集を組んでおります。題しまして、

「短距離フィールドブロックの3年生」

要は短フィー3年生の実態に迫ろうということです。このためにインタビューして一言もらいましたよ！

では早速、幹部代を1年間やってきて成長した彼らについて表にまとめたのでどうぞ♪

| 氏名 | クラブ対抗出場種目 | クラ対に向けて一言 | 解説(by 西山) |
|------|----------------------|---|--|
| 岡部祐介 | 200m、400m、マイル | 最後まであきらめるな!!!!!! | ロングスプリント2種目で対抗選手となった岡部君。大きなストライドの迫力ある走りに注目。ハイレベルな短距離個人種目で、他大学の選手とどこまで競り合えるか。 |
| 沖田翔吾 | オーストラリアから 応援 | 南半球からみなさんに、メッセージを送りたいと思います。オーストラリアの男はとにかくでかいです。細マッチョじゃ女の子にもてませんよ。でも日本はとて素晴らしい国です。そして筑波大はすごくいい大学です。そしてその中の陸同は、もっといいところです。だから、みなさんも筑波大生として誇りをもって、クラ対ではそこらへんの変な大学なんかに負けないように、頑張ってください!! 健闘を祈ってます! | 現在オーストラリアへ留学中の彼からもメッセージが届きました。彼はMr.ストイック。何事でも自分を追い込む彼を見習おう。今年ハードルが熱い! |
| 小野綾花 | 100m、200m、4継、 マイル | 『今ここで頑張らずにいつ頑張る?』 悔いのない試合になるよう頑張ってくださいませ! | 短距離ブロック女子のエース、小野ちゃん。全種目での決勝進出に期待がかかる。そしてクラ対後の打ち上げでの活躍にも期待がかかる。 |

| | | | |
|-------|------------------|--|--|
| 下村理愛 | 100m、走幅跳、4 継、マイル | 悔いのないように、1 回 1 回の練習を集中して大切に過ごしていきましょう♪しもりーなの痩せていく様子にも注目だ!! | 最近スピードと体力が戻ってきたしもりい。リレーでの活躍にも期待がかかる。渉外との兼ね合いで精神的負担が懸念される、ような性格ではないので安心である。嘘です。みんなでサポートしましょう。 |
| 辻千晶 | やり投、砲丸投、円盤投 | バランスの取れた食事と質の良い睡眠、しっかり取れてる？毎日の生活が競技に影響することを忘れずに☆一日一日の練習のねらいや目標を明確にして、効率の良い練習をしよう！ | 栄養学に関して疑問があれば彼女まで。しかしノロケ話に注意。クラ対本番では大量得点獲得が期待される。一体何点獲得するのかに注目。 |
| 角田竜一 | 100m、200m、4 継 | 「クラ対を目前に控えた心の一句」 時は来た さあ走ってみ よーかどー!! わっしょーい!! | 増本氏とともに三年短距離ブロックを変態にしたて上げた張本人。口癖は「W!!!!」「わっしょーい!!」普段は奇妙な動きをしていることが多い。だが走ると速い。4 継での決勝進出、表彰台に期待。その走りに注目！ |
| 中村俊一郎 | 100m、200m | 怪我をしない程度に無理をしましょう！走ってみよーかどー！ | トッティ(Totti)、パイナップル科、中東産まれ、新幹線、人間特許。あの流線型から生み出される走りは、向かい風を受けさらに加速する。ただしメンタルに難あり。クラ対はいかにリラックスできるかが鍵。クラ対打ち上げのキーワードは「A!A!AKB!」「T!O!T!T! I!TOTTI!トッティ!」 |
| 南齋宏駿 | 走幅跳、100m | 今まで沢山迷惑かけました。それでも支えて下さったみなさんに感謝できません。 対抗戦では、各々がベストを尽くしてノリを表彰台に載せられるように、力いっぱい頑張りましょう!! | 「沖縄出身ですか？」と聞かれて止まない彼は山形出身。芋煮大好き。涙もろい。 クラブ対抗では怪我を乗り越え、記録をどこまで伸ばせるか。 フィールドブロック長の雄姿を見逃すな！ |

| | | | |
|-------|------------|--|--|
| 西山康太郎 | 100m、200m | 出来るのは、地道な練習と、レースを楽しむことのみ。 やるからには今の自分を超えてみませんか。 | おしるこ大好き。ショートスプリント2種目で自己ベスト更新を狙う。 暇な人はレース見てね。 自己ベスト 100m : 11 秒 95 200m : 24 秒 77 |
| 萩澤宏樹 | 110mH、200m | クラ対みんなで勝ちに行きましょう!! | 今季、スプリント力が上がりベストを大幅に更新したハギ。クラ対でも安定したハードリングと関西弁に期待がかかる。 |
| 平野侑加理 | 走高跳 | BIG★JUMP! 1m60 以上跳んで入賞できるように頑張ります(^) THE★有言実行! | ハイジャンパー、平野さん。貴重な女子跳躍の実力者。クラ対本番も宣言通りのBIG JUMPに期待! |
| 増本真也 | 100m | トッティーよ 同好会の 風になれ | 変態三年短距離ブロックの一翼を担う存在。そんな彼は最近ダブルベッドを購入。脚を組みかえて負った肉離れを回復させ、本来の走りに近づけることができるか。 |
| 宮下央章 | 三段跳、走幅跳 | 今まで1年間、ありがとうございました。あと1カ月、やるべきことは全部やって、最高の試合をしましょう。 | 理工系でブレイクしたトリプルジャンパー。普段はテキトーだが陸上に熱い。クラ対ではチャドさんと優勝争いをして表彰台に乗ってくれるそうですよ(ひとごと)。さらなる記録更新に期待! |

半分ふざけた感じになったのは短フィー3年のカラーだと思ってください…。競技に対しては真面目なので御心配なく。

クラブ対抗では、もちろん自分の競技に集中するのが第一ですが、ぜひ3年生の競技にも注目してもらえたら嬉しいです。

特にメニューに関して書いていませんが、もう少し追い込み、疲労を抜く。この単純な流れが最善だと思います。自分の身体を今まで以上に管理しましょう。

それではクラブ対抗、頑張ってください!

短距離ブロック長 西山康太郎