

東京都新春マスターズ水泳競技会

年が明けて、1月14日～15日、東京辰巳国際水泳場(25m)にて東京都新春マスターズ水泳競技大会ミズノニューイヤーマスターズ2023が行なわれ、STMOONから8名が参加しました。

今回は初めてリレーも参加し、大変盛り上がりました。

緒方厚子(65才区分 女子)

400m自由形 6'59"50 5位

「ギリギリ7分を切ってホッとしました。区分が上がって楽になるかと思いきや、速い人は本当に速い！衰え知らずです。新年初、あまり練習できていない状態です。このタイムだったらまあよとして、今後これを上回りたく泳ぎの工夫をしていこうと思います」

D(45才区分 女子)

200m自由形 2'40"06 4位

25m自由形 15"56 5位

男子4×25mフリーリレー

160～199才区分 1'00"02 3位

白井拓未 坂本貞樹 松田健二 足立淳

足立淳(60才区分 男子)

100m個人メドレー 2'05"74 9位

25m自由形 20"27 15位

「一コマ

インドア長水で練習どんなにしても

2分17秒で臨んだ

飛び込めるし ターンでタイム縮めることは

できるかな 15秒は切れるだろうと

飛び込んでflyなんてしたことないから

バタ足だけしないように タッチは両手で

背泳ぎになるときに ひっくり返って

泳法違反になるのは知ってたからそれは気を付けた

絶望的に遅いBrは最終練習の時に足の引付

膝を閉じる 腹筋 腹筋 ひとかきひと蹴りは

昔からできるからこれで稼ごうと

Crは余計な息はしないで行こうと

さて 結果2分5秒 万歳である

ダントツ 遅いけどね

普段教えてくれてるヤマジも
練習は嘘つかないねよかったねと
いつになく 褒めてくれた
練習に付き合ってくれた仲間も ありがたい
リレー
年齢加算係で参加 すでに組数で3位決まっていた
とはいうものの 引継ぎミスはいけないと思って
ていねいに第4泳者で飛び込みました
緒方隊長の読みどおり1分00秒02なんと
100分の2秒のつれ
一番喜んでたのは隊長だった

25Fr

一日三本あさから泳ぐとさすがに乳酸が・・・
20秒は切りたかったけど これは無理でした
反省会

記憶の無い輩もいたようですが
たのしく たくさんのおいしいお酒も料理も
これが目的で泳いでないか
おい あっぼ ただの酔っばらい
みなさん ありがとうございます
あっぼ こと あだち あつし でした

PS

一コマ参加夢でした 叶ったし
最高！ また練習しよう」

坂本貞樹(45才区分 男子)

100m 個人メドレー 1'16"51 5位

25m 平泳ぎ 17"04 1位

「今回は100m 個人メドレー、100m フリーリレー、25m 平泳ぎに出場しました。いずれも初めての参加種目でタイムがどれくらいかわかりませんでした。平泳ぎ、リレーでメダルをとることができました！やはり泳ぎがイマイチなのとターンが遅かったの
でその辺を改善してまた日々頑張り練習したいと思います。

フリーリレーはチーム感を感じられてとても楽しく、打ち上げも盛り上がりいつもどおり飲み過ぎました(笑)

ありがとうございました」

岩永真祐(40才区分 男子)

25m 自由形 14'61 7位

「新年はどういうわけか同じ過ちを犯しがちだ。

今回も余裕でアップしてたら進行が早くなったらしく、数年前(この時は遅刻)と同じく招集ギリギリで入場して、係員から「9組(自分の組)？もう入ってますよ！」と言われレース前の列に滑り込むという、ゲートから客室乗務員に付き添われて出発ギリギリで飛行機に飛び乗るような感覚を覚えた。

前日仕事とはいえ、夜遅くて睡眠不足で泳いでしまったものだから、泳ぎもやっぱり低空飛行。

飛び込んでから浮いてくるまでも遅い気がして、そこから巻き返して腕をブン回すもやはり自己ベストには届かず。まあこの状態で自己ベスト出たら練習しなくなりそうだからいいんだけども。

収穫としてはチームジャージを羽織って臨めた大きな大会となって次の大会へのモチベーションになった事といったところか。

とりあえずちゃんと目標立てて、それに向けて泳ぎこもうと思った」

白井拓未(25才区分 男子)

25m バタフライ 13"37 4位

25m 自由形 12"47 4位

「今年初めての新春マスターズでリレーと25のバタフライ、自由形に参加しました。

リレーは初めて参加して楽しかったです。また参加したいです！

バタフライは自己ベスト出せて良かったです。今度は12秒を目標にしたいです。

自由形は自己ベストと目標の11秒が出せなくて残念でした。

また練習頑張っって更に自己ベストを更新して行きたいです！」

千足天馬(18才区分 男子)

50m 平泳ぎ 37"21 17位

50m 自由形 28"31 28位

「50mの平泳ぎと自由形に出ました。

平泳ぎはマスターズの大会では初めて出たので、少し緊張しました。レースが始まると隣のレーンの人が速かったので必死で追いつこうと泳いだので、タイムも今までより2秒以上速くなり自己ベストを出すことができました。

自由形は最後のゴールタッチがうまく出来なくて、目標の27秒台が出せませんでした。

今後は自由形だけではなく他の種目にも出場してみたいです」

以上