

# 東風高校硬式野球部だより

令和7年2月10日(第10部発行)

## かすみがうら市民マラソン参加!



2月1日(土)、かすみがうら市民マラソン大会に参加してきました。  
駅伝3km×5名一般男子の部に2チーム(甲子園・文武不岐)とマラソン  
3km一般の部に1名参加しました。

結果は・・・



甲子園チーム 57分16秒 【駅伝】



文武不岐チーム 57分19秒 【駅伝】



1年 荒山蓮人 11分12秒 【マラソン3km】

入賞でした!!



一般の部3km 荒山蓮人

表彰式後の集合写真

最近、野球の練習について、無茶な走り込みは敬遠されており、筋力トレーニングや出力系・柔軟系のトレーニングが主流となっています。但し、心肺機能を高めるには長距離走が最適で、スタミナ強化にも繋がります。そういう意味では、マラソン大会に参加することは野球部にもプラスで、各々のモチベーションを上げて参加することができました！



スタート(久松・鈴木)



甲子園チームバトンタッチ  
1走 久松から2走 内埜へ



甲子園チーム  
2走 内埜



甲子園チームバトンタッチ  
3走 市村から4走 川崎へ



文武不岐チームゴール！  
5走アンカー深谷

また、地域の方々から励ましや応援をいただき、とても遣り甲斐を感じながら走ることができました。ありがとうございます。

夏の大会では、野球で私たちがかすみがうら市民の皆様に希望と元気を与えていきます！

硬式野球部一同