

# 東風高校硬式野球部だより

令和8年2月20日(第24部発行)

## かすみがうら市民マラソン参加！

2月7日(土)、かすみがうら市民マラソン大会に雪の中参加してきました。駅伝3km×5名一般男子の部(野球で学ぶ)チームとマラソン3km一般の部に2名参加しました。

結果は・・・

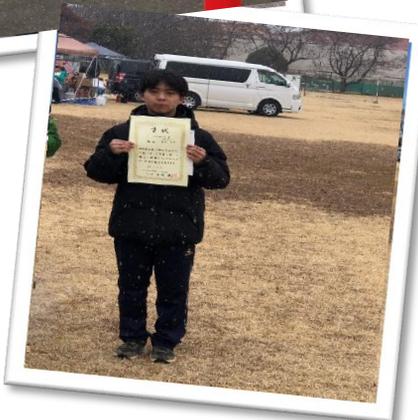
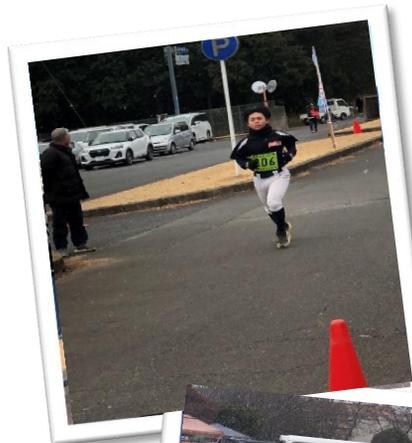


野球で学ぶチーム 59分37秒【駅伝】



1年 村山 碧空 12分03秒【マラソン3km】

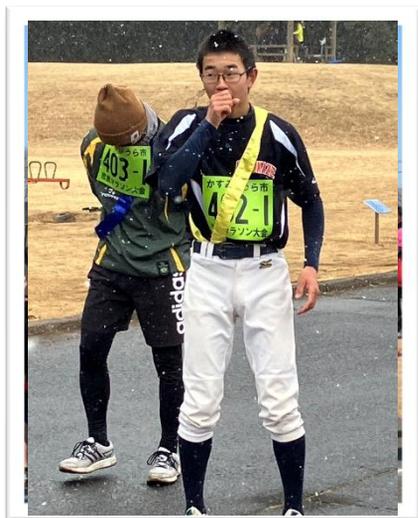
入賞でした！！



一般の部3km 村山碧空

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(土屋)



バトンタッチ  
3走 阿部から4走 荒山へ



2走 市村



ゴール！  
5走アンカー深谷



ゴールの瞬間  
チームみんなで労う姿

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