



8.29_{SUN}

北海道マラソン

8月29日。気温30度、湿度70%という真夏並のコンディションの中、道内外から集まったのは約8000人。0:10に勢いよく大勢のランナーが中島公園をスタートしました。

「何度もくじけそうになりましたが、沿道の声援やチームメイトの応援で何とか頑張ることができました。過去のレースでは立ち止まって休むこともありましたが、今回は完走できたことが、嬉しかったです。次のレースも仲間と一緒に楽しく走れたらと思います。」

久保 彩香さん

今年フルマラソンデビューを果たして、北海道マラソンで3回目です。北海道で一番大きい憧れの舞台で、緊張しています。規模も雰囲気も気温等のコンディションも違うので、完走できるかが少し不安です。アシックスショップのコーチにはたくさんアドバイスをもらったので、頑張って完走を目指したいと思います！

朝 7:00 起床

「朝食にはバナナ・カステラ・大福にオレンジジュースを摂りました。レースに備えた朝食メニューはコーチからのアドバイス通りに。」

中島公園着 10:30 スタート前

「スタート1時間前もエネルギーを補給。緊張感も増してきて、軽いストレッチで不安を沈めます。ストレッチもばてない程度に適度に。」

START! 0:10

「チームのメンバーと一緒に緊張つつも、少しわくわくしながらスタート!『前半はゆっくりペースで』コーチの言葉を再確認しました。」

12km 地点 1時間18分29秒 給水ポイント

「暑さよりも湿気がきつく、給水ポイントでは水を帽子の中に入れてクールダウンしました。ペースを守って、順調な走り出し。」

ゴール 4時間49分39秒

高橋 洋次さん

今回でフルマラソンは5回目。自己ベスト更新を狙っています。コーチの皆さんからアドバイスを聞いた「ロング走(20~30km)」を意識的に取り入れて、週に4~5回の練習を積んできました。気持ちが高ぶってテンションが高めですが、今までで一番調整が上手くいって、いいコンディションです。日頃の成果をだせるよう頑張ります！

朝 7:30 起床

「体の調子は万全です。おにぎりと豆餅、オレンジゼリーにオレンジジュースの朝ご飯。糖分も十分に今日の走りに備えます。」

中島公園着 10:30 スタート前

「軽いつものストレッチでウォーミングアップ。最終調整に入ります。スタートの1時間前に朝食に加えて、エネルギーを補給します。」

START! 0:10

「直前には最初の10kmをウォーミングアップのつもりで走る自分をイメージ。コーチのアドバイスを実践し、集中して号砲を待ちました。」

12km 地点 1時間10分54秒 給水ポイント

「暑さはもちろんレース中の湿気に苦戦。コーチのアドバイスで、給水ポイントでは首の後ろや脇の下に水をかけてクールダウン。」

ゴール 3時間27分43秒

「自己ベストを更新できました調子がよかったので、どんどん前に行きたくなりましたが、気持ちを抑えて走りました。集団がばらけるまで、冷静に気持ちをコントロールしながら走るようにしました。タイムが良くなったことと、メンタル面の成長が嬉しいです。」

asics ASICS PRESS Vol.3



札幌で見るQちゃんスマイル！オーラと笑顔で華やいた店内

シドニーオリンピックで日本中を沸かせ、金メダリストに輝き、現在はマラソンの解説者、指導者、またスポーツキャスターとして活躍中の、Qちゃんこと高橋尚子さんが8月9日来店されました。

2001年のベルリンマラソンでは女性で初めて2時間20分の壁を破った世界記録で優勝。数々の輝かしい記録を持つ高橋尚子さん。そのオーラとテレビで見るとやさしいQちゃんスマイルで、店内にはたくさんの人が訪れ華やかなムードに包まれました。

札幌のファンとランナーがアシックスショップに来店

高橋さんのファンとランナーの方々が来店され、直筆のサイン色紙を手渡し、記念撮影会が行なわれました。一人一人と握手をしながら「ランニングしています。」「頑張ってくださいね。」と札幌のランナーたちと笑顔で交流しました。



2010年8月9日 アシックスショップ札幌に高橋尚子さんが来店されました。

PROFILE

1972年5月6日、岐阜県岐阜市生まれ。スポーツキャスター、マラソン解説者。中学から本格的に陸上競技を始め県立岐阜商業、大阪学院大学を経て実業団へ。初マラソンは、1997年大阪国際女子マラソン。同年8月世界 陸上アテネ大会は5000mに出場。1998年3月名古屋国際女子マラソンで日本最高記録(当時)で初優勝。さらに同年12月アジア大会でアジア最高記録で優勝し、一躍注目を集める。2000年シドニーオリンピックでは日本女子陸上で戦後初の金メダルを獲得。同年10月、女子スポーツ界で初の国民栄誉賞を受賞。2001年9月のベルリンマラソンでは、女性として初めて2時間20分を切る2時間19分46秒の世界最高記録(当時)を樹立。2005年6月より「チームQ」を結成。2005年には東京国際女子マラソンで復活優勝を果たす。2008年10月、現役からの引退を表明。



「お気に入りが見つかりました」
高橋尚子さんが選ぶランニングウェア

その後は、店内に並ぶシューズやランニンググッズ、ウェアを見て、お気に入りの一足、一着をチェックする場面もありました。高橋さんのお気に入りにはピンクのワンピース風ウェア。「着心地も楽だし、とってもかわいいので、最近ではデザインがかわいものが多いので、選ぶのも楽しいですね。」と話し、試着もされていました。

最後にサインを受け取った人たちと全員で記念撮影。今度来る時は、札幌のランナーの皆さんと走ってみたいですね。」と話し、札幌のファンとの時間を過ごしました。



毎週水曜日午後7:00スタート。初心者ランナー大歓迎です!!

ASICS NIGHT RUN

コーチの先導で、札幌の夜の街と一緒に走ってみませんか？週末は何かと忙しく、平日の夜仕事帰りにならちよっと走ってみたいな。そんな方には是非おすすめです！ナイトラン参加には条件がございますので、気軽にお問い合わせください。

■時間／18:50ストレッチ 19:00ショップ前スタート 所要時間:約1時間
■距離／約7km(豊平川周回)

※天候等、諸事情により中止の場合がございますのであらかじめご了承ください。



定期的にナイトラン後に懇親会も開催。ランニング後の食事はまた格別です。ランナー同士のコミュニケーションが広がっています。

札幌から、走りだそう。アシックスショップ札幌

ASICS SHOP SAPPORO
TEL 011-221-1113
住所 札幌市中央区南3条西5丁目5-1 スポーツマスターズスクエア1F
営業時間 11:00~20:00(平日)、10:00~19:00(土日祝) 定休日 / 不定休
アクセス / 南線「すすきの」駅より徒歩約4分大通駅より徒歩約7分



お客様の足の形状を測定し、ベストな一足をお選び致します。3次元足型計測器

三次元足型計測機「INFOOT(インフット)」を用いて、足長、足囲のほか、アーチの高さやかかとの傾きなど7項目について立体的に足の形を計測。詳細な測定結果をもとに最適なシューズ選びをサポートいたします。

