

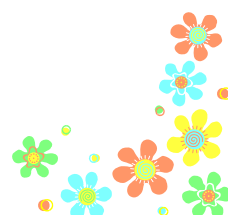
2011 (H23) 年版

なにわMC ランキング



第1回大阪マラソン [馬場さんより写真提供]

■ 5000m・5K	-----	1ページ
■ 10000m・10K	-----	2ページ
■ ハーフマラソン	-----	3ページ
■ フルマラソン	-----	4ページ
■ ウルトラ(100K・250K)	-----	5ページ
■ 富士登山競争(歴代)	-----	6ページ
■ 練習会出席率	-----	7ページ
■ ランニングの目標は達成したか？	-----	8ページ



5000m & 5kベスト

2011年(平成23年)

2011年12月27日 現在

2011年(H23)ベストタイム					
順位	日付	大会名	選手	タイム	備考
1	4月13日	長居5kmT・T	山口 幹人	18:13	
2	4月13日	長居5kmT・T	池嶋 学	18:20	
3	10月26日	長居5kmT・T	松久 泰	18:38	
4	3月9日	尼崎記録会	新村 勝久	18:47	
5	12月14日	長居5kmT・T	足立 安隆	19:13	
6	9月28日	長居5kmT・T	安部 政治	19:31	
7	2月2日	長居5kmT・T	平岡 正樹	19:43	
8	3月2日	長居5kmT・T	馬場 宏	20:05	
9	4月13日	長居5kmT・T	近森 富雄	20:08	
10	1月9日	信太山クロカン	辻林 一吉	20:10	男子12位
11	8月28日	神鍋高原	玉田 章二	20:11	2位/127
12	6月29日	長居5kmT・T	松村 みほ	20:34	昨年より記録は伸びているか？
13	4月13日	長居5kmT・T	梨原 一代	20:36	
14	3月2日	長居5kmT・T	森本 多賀雄	20:49	
15	3月30日	長居5kmT・T	大久保由利子	20:50	
16	2月2日	長居5kmT・T	和田 博志	20:55	
17	2月2日	長居5kmT・T	辨野 裕己	21:02	
18	6月29日	長居5kmT・T	北門 修	21:05	
19	6月29日	長居5kmT・T	鬼塚 幸正	21:15	
20	4月13日	長居5kmT・T	森 雅夫	21:20	
21	2月2日	長居5kmT・T	伊藤 一正	21:23	
22	12月14日	長居5kmT・T	内藤 青児	21:25	
23	12月14日	長居5kmT・T	松田 Y子	21:30	
24	12月14日	長居5kmT・T	倉内 勝則	21:40	
25	12月14日	長居5kmT・T	井上 紀子	21:48	
25	12月14日	長居5kmT・T	坂野 豊彦	21:48	
27	10月26日	長居5kmT・T	光井 達也	22:09	
28	3月30日	長居5kmT・T	大久保 栄次	22:12	
29	3月30日	長居5kmT・T	今堀 昭恵	22:13	
30	2月2日	長居5kmT・T	宮埜 好一郎	22:15	
31	3月30日	長居5kmT・T	住友 善一	22:27	
32	9月28日	長居5kmT・T	近藤 健一郎	22:31	
33	3月30日	長居5kmT・T	田中 宣子	22:38	
33	10月26日	長居5kmT・T	福田 雄次郎	22:38	
35	11月16日	長居5kmT・T	小林 弘和	22:46	
36	2月2日	長居5kmT・T	小林 喜美子	22:48	
37	9月28日	長居5kmT・T	北門 たづ子	22:50	
38	12月17日	大阪市民マラソン	中出 進一	22:54	
39	3月2日	長居5kmT・T	松波 浩美	23:01	
40	2月2日	長居5kmT・T	坂口 正明	23:05	
41	6月29日	長居5kmT・T	竹上 嘉勇	23:15	
42	3月2日	長居5kmT・T	升也 朋子	24:10	
43	12月14日	長居5kmT・T	内藤 庸子	27:02	
44	10月26日	長居5kmT・T	久保 敦子	27:28	

昨年2010年(H22) ベストタイム		
順位	選手	タイム
1	高山 好哲	18:55
2	安部 政治	19:14
3	山口 幹人	19:18
4	新村 勝久	19:27
5	足立 安隆	19:29
6	辻林 一吉	19:57
7	馬場 宏	19:59
8	近森 富雄	20:15
9	大久保由利子	20:20
10	梨原 一代	20:21
11	玉田 章二	20:24
12	森本 多賀雄	20:28
13	平岡 正樹	20:32
14	坂野 豊彦	20:49
15	和田 博志	20:49
16	辻 博文	20:51
17	辨野 裕己	21:07
18	松田 健志	21:21
19	伊藤 一正	21:24
20	亀田 由利子	21:32
21	内藤 青児	21:37
22	竹上 嘉勇	21:40
23	松田 Y子	21:47
24	田中 宣子	22:01
25	倉内 勝則	22:13
26	今堀 昭恵	22:33
27	大久保 栄次	22:48
28	阪口 正明	22:51
29	福田 雄次郎	23:03
30	宮埜 好一郎	23:20
31	松波 浩美	23:46
32	升也 朋子	24:15

川内選手(埼玉県庁)
市民ランナーの星 みんなも続け…!

恒例の夏合宿 京都南山城村へ

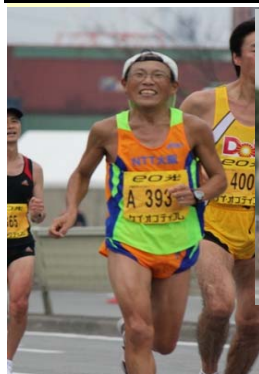
大阪国際の12k付近の
先頭集団ストライドに注目!!

10000m & 10k ベスト

2011年(平成23年)

2011年12月27日

順位	日付	大会名	種 別	選 手	タ イ ム	備 考
1	11月20日	川西一庫ダムマラソン	10k40歳以上	小牟田 竜一	35:53	2位/192
2	1月23日	高槻シティ国際ハーフ	60歳以上	足立 安隆	38:21	年代1位
3	3月9日	長居練習会	10kペース走	松山 幾洋	38:51	
4	5月8日	丹波市三ツ塚マラソン大会	60～69歳の部10km	築城 俊作	41:00	3位
5	5月18日	長居練習会	10kペース走	新村 勝久	41:29	
6	1月26日	長居練習会	10kペース走	馬場 宏	41:49	
7	4月29日	堺シティマラソン	10km	安部 政治	41:55	
8	11月27日	万葉の里マラソン	10km	松村 みほ	41:58	年代1位
9	4月29日	堺シティマラソン	10km	近森 富雄	42:15	
10	5月18日	長居練習会	10kペース走	梨原 一代	42:25	
11	4月29日	堺シティマラソン	10km	坂野 豊彦	43:05	
12	4月20日	長居練習会	10kペース走	辨野 裕己	43:31	
13	2月9日	長居練習会	10kペース走	平岡 正樹	43:41	
14	2月9日	長居練習会	10kペース走	和田 博志	44:04	
15	6月15日	長居練習会	10kペース走	北門 修	44:18	
16	11月27日	万葉の里マラソン	10km	加納 りえ	44:39	年代3位
17	11月27日	万葉の里マラソン	10km	森本 多賀雄	44:53	年代3位
18	1月26日	長居練習会	10kペース走	伊藤 一正	45:03	
19	2月9日	長居練習会	10kペース走	内藤 青児	45:47	
20	1月26日	長居練習会	10kペース走	住友 善一	45:58	
21	5月18日	長居練習会	10kペース走	亀田 由利子	46:13	
22	10月23日	ベイマラソンwithジャズ	10km男子40～59歳	高橋 信良	46:30	
23	6月15日	長居練習会	10kペース走	井上 紀子	47:11	
24	3月9日	長居練習会	10kペース走	小林 喜美子	47:14	
25	2月9日	長居練習会	10kペース走	大久保 由利子	47:47	
26	4月20日	長居練習会	10kペース走	倉内 勝則	47:50	
27	3月9日	長居練習会	10kペース走	今堀 昭恵	48:00	
28	3月9日	長居練習会	10kペース走	松田 Y子	48:20	
29	3月9日	長居練習会	10kペース走	宮埜 好一郎	48:21	
30	5月18日	長居練習会	10kペース走	田中 宣子	48:23	
31	3月9日	長居練習会	10kペース走	福田 雄次郎	48:56	
32	5月18日	長居練習会	10kペース走	大久保 栄次	49:15	
33	4月20日	長居練習会	10kペース走	松波 浩美	49:20	
34	5月18日	長居練習会	10kペース走	中出 進一	49:59	
35	4月29日	堺シティマラソン	10km	山口 明伸	50:24	
36	3月9日	長居練習会	10kペース走	升也 朋子	50:40	
37	4月29日	堺シティマラソン	10km	三浦 真一	52:45	
38	6月15日	長居練習会	10kペース走	竹上 嘉勇	58:17	
39	6月15日	長居練習会	10kペース走	北門 たづ子	59:00	
40	4月29日	堺シティマラソン	10km	中上	1:00:03	
41	4月29日	堺シティマラソン	10km	長澤 孝人	1:02:00	



ハーフマラソン全レース

2011年(平成23年)

2011年12月27日

順位	日付	大会名	種 別	選 手	タ イ ム	備 考
1	11月13日	南紀日置川リバーサイドマラソン	ハーフ40歳以上	小牟田 竜一	1:19:49	1位/71
2	1月23日	高槻シティ国際ハーフ	ハーフ40～59歳	安部 政治	1:22:32	21位/1310
3	11月13日	第一回赤穂シティマラソンハーフ	ハーフ	松久 泰	1:22:41	
4	10月2日	福井マラソン	60歳以上 ハーフ	足立 安隆	1:25:18	2位/-(自己新)
***	11月27日	吹田万博ふれあいマラ	ハーフ55歳以上	足立 安隆	1:26:17	3位/76
5	2月6日	丸亀ハーフ	ハーフ	新村 勝久	1:25:32	
6	1月30日	大阪市民ハーフ	登録男子の部	馬場 宏	1:27:47	148位
***	11月20日	川西一庫ダムマラソン	ハーフ60歳以上	足立 安隆	1:27:58	2位/67
***	2月20日	河内長野マラソン	ハーフ男子60歳以上の部	足立 安隆	1:28:10	1位
7	11月6日	淀川市民マラソン	ハーフの部	松田 健志	1:30:09	133位/4331
8	8月28日	神鍋高原マラソン全国大会	60歳以上男子の部	築城 俊作	1:30:17	1位/147
***	10月16日	びわ湖高島栗マラソン	ハーフ男子	足立 安隆	1:31:49	68位/779
9	2月27日	鹿島祐徳ロードレース	ハーフ	坂野 豊彦	1:32:07	
10	11月6日	あいの土山マラソン	ハーフ登録の部	松田 Y子	1:33:03	12位
11	1月30日	大阪市民ハーフ	登録男子の部	辨野 裕己	1:35:18	289位
12	11月6日	淀川市民マラソン	ハーフの部	大久保由利子	1:38:18	
13	10月2日	福井マラソン	ハーフの部	内山 修司	1:38:33	-
14	1月30日	大阪市民ハーフ	登録女子の部	亀田 由利子	1:38:43	31位
***	10月16日	びわ湖高島栗マラソン	ハーフ男子	内山 修司	1:40:40	171位/779
15	1月30日	大阪市民ハーフ	登録女子の部	田中 宣子	1:41:14	44位
16	4月3日	福井ハーフ	ハーフ	住友 善一	1:41:45	173位/671
17	11月6日	淀川市民マラソン	ハーフの部	和田 博志	1:42:02	419位/3710
18	1月30日	大阪市民ハーフ	一般女子の部	今堀 昭恵	1:42:22	50位
19	1月30日	大阪市民ハーフ	一般女子の部	松波 浩美	1:42:30	52位
***	11月27日	吹田万博ふれあいマラ	ハーフ55歳以上	住友 善一	1:42:34	10位/76
20	1月30日	大阪市民ハーフ	一般男子の部	福田 雄次郎	1:43:35	871位
21	1月30日	大阪市民ハーフ	一般男子の部	宮埜 好一郎	1:44:37	960位
***	10月23日	ベイマラソンwithジャズ	ハーフ40～59歳以上	福田 雄次郎	1:47:22	270位/1077
***	10月23日	ベイマラソンwithジャズ	ハーフ60歳以上	宮埜 好一郎	1:48:02	30位/213
22	11月6日	三田国際マスターズマラソン	ハーフの部	中出 進一	1:51:04	85位/280

注意) ***はセカンドタイム



フルマラソン ベスト

2011年(平成23年)

2011年12月27日

順位	日付	大会名	種 別	選 手	タイム(N)	備 考	備 考2
1	12月23日	第23回加古川マラソン	マラソン男子	松久 泰	2:51:38	-	自己新(♡)✓
2	10月30日	第1回大阪マラソン	登録男子	長藤 宏	2:57:19		
3	12月11日	第2回奈良マラソン	マラソン	小牟田 竜一	2:57:29		
4	12月18日	防府マラソン	マラソン	安部 政治	3:00:19		
5	10月30日	第1回大阪マラソン	登録男子	桑原 和雄	3:01:43		元)NTT関西
6	11月23日	福知山マラソン	登録の部	辻林 一吉	3:04:10		
7	3月6日	ABC篠山マラソン	未登録男子	山口 幹人	3:07:10	172位/5862	
8	3月6日	ABC篠山マラソン	登録男子	足立 安隆	3:07:58	192位/767	自己新(♡)✓
9	2月27日	東京マラソン	マラソン	新村 勝久	3:08:32	自己新	(♡)✓
10	1月30日	大阪国際女子マラソン	マラソン	能勢 結希	3:10:51	166	eA東京
11	12月18日	防府マラソン	マラソン	松田 Y子	3:12:02		
12	12月18日	防府マラソン	マラソン	馬場 宏	3:12:04		
13	11月23日	福知山マラソン	登録の部	山村 正人	3:13:05		ペースメーカー役
14	12月18日	防府マラソン	マラソン	坂野 豊彦	3:13:19		
15	11月23日	福知山マラソン	登録の部	福田 義明	3:14:47		
16	1月30日	大阪国際女子マラソン	マラソン	松村 みほ	3:16:29	248	カネヒラSR
17	3月6日	ABC篠山マラソン	登録男子	高嶋 光正	3:19:04	280位/767	NTT大阪
18	12月18日	防府マラソン	マラソン	平岡 正樹	3:19:26		
19	2月20日	横浜国際女子マラソン	マラソン	梨原 一代	3:19:51	133位	
20	11月23日	福知山マラソン	登録の部	松本 佳哲	3:23:31		ドコモ関西
21	11月6日	徳島マラソン	マラソン	北門 修	3:26:33	232位	169位
22	12月18日	防府マラソン	マラソン	森本 多賀雄	3:27:40		
23	3月6日	ABC篠山マラソン	登録女子	小林 喜美子	3:31:19	32位/138	
24	11月20日	神戸マラソン	マラソン	内山 修司	3:33:33		
25	11月23日	福知山マラソン	登録の部	田中 宣子	3:33:48		
26	10月30日	第1回大阪マラソン	登録女子	松生 友枝	3:35:08		
27	11月20日	神戸マラソン	マラソン	井上 紀子	3:36:31		
28	10月30日	第1回大阪マラソン	登録男子	松田 健志	3:36:41		
29	2月20日	泉州国際マラソン	一般男子	宮埜 好一郎	3:36:51	438位	
30	12月18日	防府マラソン	マラソン	今堀 昭恵	3:37:30		
31	12月18日	防府マラソン	マラソン	福田 雄次郎	3:39:50		
32	12月11日	第2回奈良マラソン	マラソン	和田 博志	3:45:53		
33	2月20日	泉州国際マラソン	登録女子	升也 朋子	3:46:30	55位	
34	11月20日	神戸マラソン	マラソン	近藤 健一郎	3:48:16		
35	11月20日	神戸マラソン	マラソン	松波 浩美	3:48:22		
36	11月23日	福知山マラソン	登録の部	高橋 信良	3:49:42		ドコモ関西
37	10月30日	第1回大阪マラソン	一般女子	久保 章子	3:50:49		
38	3月6日	ABC篠山マラソン	登録男子	竹上 嘉勇	3:52:48	550位/767	
39	11月13日	揖斐川マラソン	マラソン	倉内 勝則	3:54:00		
40	10月30日	第1回大阪マラソン	登録男子	山口 明伸	4:07:24		
41	2月20日	泉州国際マラソン	一般男子	坂口 正明	4:14:16		
42	3月6日	ABC篠山マラソン	未登録男子	住友 善一	4:19:53	3369位	
43	11月6日	とくしまマラソン	マラソン	北門 たづ子	4:21:01	138位	118位
44	11月23日	福知山マラソン	登録の部	内藤 青児	4:23:17	4:23:17	
45	11月23日	福知山マラソン	登録の部	林 三千代	4:23:17	4:23:17	
46	10月30日	第1回大阪マラソン	一般男子	荒木 伸一	4:24:21		
47	10月30日	第1回大阪マラソン	一般女子	小林 里美	4:56:52		
48	10月30日	第1回大阪マラソン	一般女子	内藤 庸子	6:00:13		

※ H24年11月25日(日)大阪マラソン・神戸マラソン同時開催決定!! さ~どうする...

100kウルトラ マラソン全レース

2011年(平成23年)

2011年12月27日

順位	日付	大会名	種 別	選 手	タ イ ム	備 考-1
1	5月29日	えびす・だいこく100k	3名駅伝	伊藤・坂野・久保	7:24:30	1位/17チーム
2	5月29日	えびす・だいこく100k	3名駅伝	足立・玉田・住友	7:25:18	2位/17チーム
3	5月29日	えびす・だいこく100k	3名駅伝	大久保・宮埜・安部	7:53:56	4位/17チーム
4	10月16日	四万十川ウルトラマラソン	100k女子40歳代	松村 みほ	8:48:18	1位/127
***	5月29日	えびす・だいこく100k	女子の部	松村 みほ	9:07:33	1位
5	1月16日	宮古島100km	男子100km	坂野 豊彦	9:11:42	男子2位
6	5月29日	えびす・だいこく100k	男子の部	馬場 宏	9:45:48	48位
7	5月29日	えびす・だいこく100k	男子の部	平岡 正樹	9:56:33	54位
8	10月16日	四万十川ウルトラマラソン	100k女子40歳代	加納 りえ	10:04:32	8位/127
9	5月29日	えびす・だいこく100k	女子の部	梨原 一代	10:14:07	3位
10	5月29日	えびす・だいこく100k	女子の部	田中 宣子	10:17:57	4位
***	5月29日	えびす・だいこく100k	女子の部	加納 りえ	10:23:31	5位
11	5月29日	えびす・だいこく100k	女子の部	松波 浩美	10:53:25	7位
12	6月5日	水都100k	100kの部	内藤 青児	11:00:00	
13	10月16日	えびす・だいこく100k	女子の部	今堀 昭恵	11:46:42	10位
***	10月16日	四万十川ウルトラマラソン	100k女子50歳代	今堀 昭恵	11:50:24	31位/127
14	5月29日	えびす・だいこく100k	女子の部	久保 敦子	13:51:12	24位

250kウルトラ マラソン

順位	日付	大会名	種 別	選 手	タ イ ム	備 考
	9/28 ~ 29日	スパルタスロン2011 (ギリシャ)	ウルトラ マラソン	松田 Y子	32:36:11	日本人女子1位 4位/13 全体40位 (143) 7年連続完走
	5月2日 ~4日	萩往還マラニック大会	250km	松田 Y子	40:25:31	30位
				竹上 嘉勇	47:32:57	191位
			140km	坂野 豊彦	18:58:51	20位
	4月16日 ~17日	さくら道ネイチャーラン	250Km	松田 Y子	34:46:00	8位/-

その他、ウルトラ・トレイル

10月 22~23日	第19回 ハセツネCUP 日本山岳耐久レース 奥多摩山域(71.5km)	トレイル 71.5km	馬場 宏	14:05:08	468位/1725
7月23日 ~24日	2011夜叉ヶ池 マラニック 45km+90km		第1ステージ45km	第2ステージ90km	総合タイム/順位
		松田 Y子	4:48:23	11:12:34	16:00:57/30位
		田中 宣子	5:00:23	11:54:27	16:54:50/48位
		松波 浩美	5:16:05	13:14:12	18:30:17/80位



富士登山競走(山頂コース)歴代記録

更新済み

2011年12月13日 現在

順位	日付	回数	選 手	馬返し	馬返し	五合目	5号目	八合目	8合目	山 頂	備 考	
					～5合目	(2時間20分)	～8号 目	(4時間0分)	～山頂	(4時間30分)	← (関門時間)	
1	H20.7.25	第61回	阿部 俊	0:56:38	0:46:52	1:43:30	1:16:26	2:59:56	0:26:21	3:26:17	完走！！	74位/1152
2	H15.7.25	第56回	松本 佳哲							3:33:31	完走！！	101位
3	H15.7.25	第56回	長藤 宏							3:42:09	完走！！	
4	H16.7.23	第57回	安部 政治							3:48:35	完走！！	
5	H19.7.27	第60回	松田 健志	??		??		??		3:57:39	完走！！	
6	H22.7.23	第63回	西連寺 弘	1:00:22	0:55:41	1:56:03	1:37:58	3:34:01	0:33:38	4:07:39	完走！！	
7	H23.7.22	第64回	森 雅夫	1:02:25	0:54:55	1:57:20	1:38:50	3:36:10	0:35:53	4:12:03	完走！！	初完走！
8	H18.7.28	第59回	反田 義雄	1:03:08	1:00:26	2:03:34	1:35:21	3:38:55	0:33:39	4:12:34	完走！！	自己新 613位
9	H15.7.25	第56回	生田 邦夫							4:14:12	完走！！	
10	H18.7.28	第59回	鬼塚 幸生	1:07:45	0:58:07	2:05:52	1:37:25	3:43:17	0:31:42	4:14:59	完走！！	
11	H15.7.25	第56回	宮埜 好一郎							4:19:31	完走！！	
12	H18.7.28	第59回	森本 多賀雄	1:04:24	0:55:29	1:59:53	1:42:37	3:42:30	0:38:01	4:20:31	完走！！	自己新 771位
13	H23.7.22	第64回	梨原 一代	1:04:08	1:02:28	2:06:36	1:42:11	3:48:47	0:33:55	4:22:42	完走！！	初完走！
14	H17.7.22	第58回	荒木 伸一		1:00:40	2:08:55	1:39:54	3:48:49	0:35:02	4:23:51	完走！！	
15	H23.7.22	第64回	池嶋 学	1:01:47	0:59:28	2:01:15	1:45:00	3:46:15	0:39:24	4:25:39	完走！！	初完走！
16	H19.7.27	第60回	水取 宏文	1:06:54	1:05:30	2:12:24	1:38:15	3:50:39	0:35:48	4:26:27	完走！！	
17	H20.7.25	第61回	坂野 豊彦	1:06:47	1:02:54	2:09:41	1:42:03	3:51:44	0:35:13	4:26:57	完走！！	1027/1152
18	H15.7.25	第56回	松久 泰							4:27:15	完走！！	
19	H16.7.23	第57回	辨野 裕己							4:27:48	完走！！	
20	H23.7.22	第64回	平岡 正樹	1:04:42	1:07:54	2:12:36	1:43:00	3:55:36	0:32:54	4:28:30	完走！！	初完走！
21	H23.7.22	第64回	豊田 拓也	1:06:58	1:04:24	2:11:22	1:44:27	3:55:49	0:33:13	4:29:02	完走！！	初完走！
22	H18.7.28	第59回	大久保 栄次	1:04:04	1:01:06	2:05:10	1:49:58	3:55:08	0:36:18	4:31:26	時間外完走	
23	H15.7.25	第56回	赤峰 純弥太							4:32:00	時間外完走	
24	H18.7.28	第59回	谷本 三郎	1:10:32	1:01:11	2:11:43	1:44:06	3:55:49	0:37:57	4:33:46	時間外完走	
25	H18.7.28	第59回	奥村 友枝	1:07:59	1:04:01	2:12:00	1:44:50	3:56:50	0:37:10	4:34:00	時間外完走	
26	H18.7.28	第59回	和田 博志	1:06:31	1:04:40	2:11:11	1:52:46	4:03:57	0:38:40	4:42:37	時間外完走	
27	H16.7.23	第57回	犬飼 知秀							4:44:24	時間外完走	
28	H16.7.23	第57回	足立 安隆							4:48:00	時間外完走	
29	H20.7.25	第61回	内藤 青児	1:11:26	1:03:54	2:15:20	1:48:40	4:04:00	0:56:00	5:00:00	時間外完走	
30	H22.7.23	第63回	久保 章子	1:11:18	1:06:25	2:17:43	-	4:21:42	1:03:18	5:25:00	時間外完走	
31	H20.7.25	第61回	浅野 由紀	1:19:00	1:09:28	2:28:28	2:14:32	4:43:00	0:46:30	5:29:30	時間外完走	
32	H20.7.25	第61回	松田 嘉子	1:12:50	1:06:13	2:19:03	2:19:13	4:38:16	0:51:44	5:30:00	時間外完走	
33	H20.7.25	第61回	小谷 俊彰	1:07:00	1:10:00	2:17:00	2:26:00	4:43:00	0:54:00	5:37:00	時間外完走	
34	H20.7.25	第61回	福田 雄次郎	1:10:55	1:04:51	2:15:46	1:52:17	4:08:03		***	8合目まで	
35	H19.7.27	第60回	小牧 裕子	??		??		4:10:00		***	8合目まで	未確認
36	H23.7.22	第64回	山口 智史	1:15:37	1:04:25	2:20:02	1:59:33	4:19:35		***	8合目まで	
37	H23.7.22	第64回	今堀 昭恵	1:11:28	1:06:37	2:18:05	2:03:36	4:21:41		***	8合目まで	
38	H23.7.22	第64回	亀田 由利子	1:12:51	1:05:28	2:18:19	2:07:00	4:25:19		***	8合目まで	
39	H19.7.27	第60回	升也 朋子	??		2:22:00		***		***	5合目まで	未確認
40	H18.7.28	第59回	竹上 嘉勇	1:17:14	1:05:09	2:22:23		9009		***	5合目まで	
41	H19.7.27	第60回	住友 善一	1:11:45	1:11:37	2:23:22		***		***	5合目まで	八合目下まで
42	H20.7.25	第61回	田中 宣子	1:22:03	1:21:25	2:43:28		***		***	5合目まで	
43	H18.7.28	第59回	吉岡 恵美丸	??		??		***		***	5合目まで	未確認
**	H8.7.25	第49回	小牟田 竜一	参 考						3:36:47	完走！！	114位

5合目コース	選手	馬返し	～	5号目	備考	5合目コース	
1	H15.7.25 第56回 小牟田 竜一			1:27:56	5合目コース	5合目コース	5/328
2	H21.7.24 第62回 阿部 俊	0:54:01	0:43:57	1:37:58	雨天のため5合目で中止！	完走！ 岡山県	74/-
3	H21.7.24 第62回 安部 政治	1:00:29	0:54:45	1:55:14	雨天のため5合目で中止！	完走！	-
4	H22.7.23 第63回 梨原 一代	1:03:01	0:53:47	1:56:48	5合目コース女子8位入賞 (6?)	5合目コース	8位入賞
5	H20.7.25 第61回 松久 泰			2:02:37	5合目コース	完走！	
6	H21.7.24 第62回 平岡 正樹	1:06:44	0:59:23	2:06:07	雨天のため5合目で中止！	完走！	86/-
7	H21.7.24 第62回 森本 多賀雄	1:07:00	1:03:00	2:10:00	雨天のため5合目で中止！	レース番外の完走！	
8	H22.7.23 第63回 森 雅夫	1:07:55	1:02:40	2:10:35		5合目コース	
9	H21.7.24 第62回 松田 嘉子	1:11:00	1:07:50	2:17:50	雨天のため5合目で中止！	完走！	
10	H21.7.24 第62回 荒木 伸一	1:15:38	1:03:22	2:19:00	雨天のため5合目で中止！	完走！	
11	H21.7.24 第62回 坂野 豊彦	1:10:55	1:08:17	2:19:12	雨天のため5合目で中止！	完走！	
12	H21.7.24 第62回 篠原 信	1:13:31	1:06:06	2:19:37	雨天のため5合目で中止！	完走！	
13	H15.7.25 第56回 伊藤 一正			2:20:13	5合目コース	完走！	
14	H21.7.24 第62回 亀田 由利子	1:15:35	1:04:45	2:20:20	雨天のため5合目で中止！	時間外完走！	
15	H22.7.23 第63回 住友 善一	1:17:01	1:04:22	2:21:23		5合目コース	
16	H22.7.23 第63回 今堀 昭恵	1:15:35	1:05:51	2:21:26		5合目コース	
17	H21.7.24 第62回 升也 朋子	1:20:23	1:02:26	2:22:49	雨天のため5合目で中止！	時間外完走！	
18	H22.7.23 第63回 山口 智史	1:23:36	1:05:57	2:29:33		5合目コース	
19	H22.7.23 第63回 宮埜 好一郎	1:23:32	1:15:56	2:39:28		5合目コース	

※ 56回大会から認定とし、それ以外は参考とする。

2011年(平成23年)練習会出席ランキング

【1月5日～12月14日分まで全49回】

データの個数 / 選手		
順位	選 手	集計
1	森本 多賀雄	48
2	馬場 宏	45
2	宮埜 好一郎	45
4	松波 浩美	44
5	坂野 豊彦	41
6	平岡 正樹	40
7	升也 朋子	39
8	大久保 栄次	38
9	今堀 昭恵	37
10	安部 政治	36
11	田中 宣子	35
11	伊藤 一正	35
11	福田 雄次郎	35
11	和田 博志	35
11	竹上 嘉勇	35
16	松田 Y子	33
16	内藤 青児	33
18	近森 富雄	32
18	住友 善一	32
20	梨原 一代	30
21	内藤 庸子	27
22	井上 紀子	26
23	倉内 勝則	25
24	亀田 由利子	19
24	新村 勝久	19
26	北門 修	18
27	北門 たづ子	15
28	生田 邦夫	13
28	中出 進一	13
30	松村 みほ	11
30	小林 喜美子	11
32	久保 敦子	10
32	大久保 由利子	10
32	山口 幹人	10
35	辨野 裕己	8
35	近藤 健一郎	8
37	築城 俊作	6
37	足立 安隆	6
39	松山 幾洋	5
39	桑原 満生	5
41	森 雅夫	3
41	豊留 祐子	3
41	高越 美奈	3
41	長藤 仁美	3
45	坂口 正明	2
45	松田 健志	2
45	池嶋 学	2
45	大久保奥様	2
49	長藤 宏	1
49	加納 りえ	1
49	松久 泰	1
49	小林 弘和	1
49	畑野 一善	1
49	光井 達也	1
49	鬼塚 幸正	1
総計 55名		1040

データの個数 / 日付		
日 付	集計	
1月5日	18	
1月8日	15	
1月12日	23	
1月19日	19	
1月26日	21	
2月2日	21	
2月9日	23	
2月16日	22	
2月23日	17	
3月2日	22	
3月9日	23	
3月16日	18	
3月23日	19	
3月30日	22	
4月6日	17	
4月13日	26	
4月20日	23	
4月27日	9	
5月11日	6	
5月18日	21	
5月25日	27	
6月1日	6	
6月8日	27	
6月15日	23	
6月22日	30	
6月29日	21	
7月6日	14	
7月13日	20	
7月20日	20	
7月27日	28	
8月3日	32	
8月10日	27	
8月17日	23	
8月24日	24	
8月31日	20	
9月7日	28	
9月14日	29	
9月21日	19	
9月28日	27	
10月5日	8	
10月12日	25	
10月19日	26	
10月26日	21	
11月2日	19	
11月9日	25	
11月16日	21	
11月30日	20	
12月7日	25	
12月14日	20	
総計	1040	

◎目的意識を持って、
練習会に取り組もう・・・。

◎長距離は日々の鍛錬から。



2011年 目標達成率 ランキング

2011年12月27日

順位	氏 名	目 標 項 目	目 標 値	結 果	達 成 率	備 考
1	松田 嘉子	マラソン	3:14:59	3:12:02	101.536%	達成！！
2	足立 安隆	マラソン	3:09:59	3:07:58	101.073%	達成！！
3	新村 勝久	5000m	0:18:59	0:18:47	101.065%	達成！！
		10K	0:38:59	0:41:29	93.973%	
		ハーフ	1:24:59	1:25:56	98.894%	
4	福田 雄次郎	マラソン	3:39:59	3:39:50	100.068%	達成！！
5	梨原 一代	富士登山競争	出場	出場	100.000%	達成！！
		100k	出場	出場	100.000%	達成！！
		大阪国際マラソン	完走	棄権	0.000%	
6	竹上 嘉勇	萩往還	8度目完遂	完走	100.000%	達成！！
		100k	9:59:59	未出走	0.000%	
		故障	しない	故障した	0.000%	
		年代ランキング	20位以内	未定		“未定”
7	内藤 青児	100k	10:59:59	11:00:00	99.997%	おし～い
8	平岡 正樹	第8回の福知山マラソン更新	3:19:19	3:19:35	99.866%	おし～い
9	玉田 章二	5k	0:19:59	0:20:11	99.009%	
10	大久保 栄次	5k	0:21:59	0:22:13	98.950%	
		10k	0:45:59	0:49:15	93.367%	
		マラソン	3:59:59	未出走	0.000%	
11	田中 宣子	マラソン	3:29:59	3:33:48	98.215%	
12	宮埜 好一郎	マラソン	3:29:59	3:36:41	96.908%	
13	松波 浩美	マラソン	3:39:59	3:48:22	96.329%	
		仮装でマラソン	3:59:59	未出走	0.000%	
14	馬場 宏	マラソン	3:03:00	3:12:04	95.279%	
		100k	8:59:59	9:45:48	92.179%	
15	和田 博志	マラソン	3:45:00	3:56:45	95.037%	
16	安部 政治	マラソン	2:49:59	3:00:19	94.269%	
17	升也 朋子	マラソン	3:29:59	3:46:30	92.708%	
18	近森 富雄	10k	0:38:59	0:42:15	92.268%	
19	大久保由利子	ハーフ	1:30:00	1:38:18	91.556%	
		マラソン	3:20:00	未出走	0.000%	
20	坂野 豊彦	マラソン	2:55:00	3:13:19	90.525%	
21	阪口 正明	マラソン	3:50:00	4:14:16	90.456%	
		ハーフ	1:40:00	未出走	0.000%	
22	森本 多賀雄	マラソン	3:07:00	3:27:40	90.048%	
		ハーフ	1:24:00	未出走	0.000%	
		100k	10:00:00	棄権	0.000%	
23	倉内 勝則	マラソン	3:29:59	3:54:00	89.736%	
24	小牟田 竜一	マラソン	2:39:59	2:58:40	89.543%	
		100K	9:59:59	棄権	0.000%	
25	住友 善一	マラソン	3:29:59	4:19:53	80.799%	
26	内藤 庸子	マラソン	3:59:59	6:00:13	66.622%	
27	今堀 昭恵	富士登山競争	時間内完走	未完走	0.000%	
27	伊藤 一正	ハーフ	1:29:59	未出走	0.000%	



【編集部より】
記録の漏れ、誤りがありましたら、
ご容赦願います。

編集：大久保ランニング社
印刷：森本プリント工房
発行日：H23.12.24