

## 2021マラソンシーズンによる40k走選手別実施内容(合宿・合同練習会時)

大阪長居AC

	実施日	右田 有奈	島田 博行	井上 栞	磯部 健	本渡 之盛	谷口 滋彦	下田 汰知	中尾 仁志	筒浦 康正	パスカル	入学 遼治	市川 創史	徳永 翔太	小猿真紀子	小路 瑛
1	9/15(水)	2° 53' 02	2° 35' 20													
2	9/18(土)	2° 49' 20	2° 32' 00													
3	10/2(土)	2° 52' 33	2° 29' 48	2° 54' 05	2° 43' 14	2° 59' 30	3° 14' 15									
4	10/9(土)	2° 53' 00	2° 39' 16	2° 55' 07	2° 46' 08		3° 16' 15									
5	10/30(土)	2° 49' 30	2° 27' 15	2° 51' 53	2° 41' 25		3° 11' 38			2° 45' 32						
6	11/7(日)	2° 47' 27	2° 26' 54	2° 54' 11	2° 39' 55		3° 16' 13			2° 44' 04			2° 26' 54			
7	11/14(日)	2° 47' 53							2° 39' 25							3° 13' 18
8	11/20(土)	2° 47' 00	2° 25' 05					2° 46' 58			2° 49' 21	2° 25' 12				
9	12/4(土)					2° 46' 08		2° 33' 30	2° 30' 30		2° 47' 22					
10	12/11(土)					2° 44' 26									3° 11' 31	
11	12/18(土)	2° 48' 25		2° 52' 33		2° 46' 42		2° 52' 05						3° 00' 32		
12	12/29(土)															
13																
14																
	実施数	9	7	5	4	4	4	3	2	2	2	1	1	1	1	1