

# 初夏の波賀練習会 兼 野村壮行会

要項（外部学生向け）

日付

6月8日（日）

場所・地図

兵庫県宍粟市波賀町「フォレストステーション波賀」

地図

「宍粟波賀～彩の森・初夏～」神大 OLK 作成、2025 年 6 月修正

コース（レース）

LA：男子向けロング対策（6km/450m）

LB：女子向けロング対策（4.5km/300m）

F：新人向けレース（1.5km）

※宍粟波賀はミドル向けのトレインですが、コースはロングディスタンスに適正なよう大胆なルートチョイスとその適切な実行を求める

※「LA」は距離・登高ともに容赦しません。実走 8km/UP500m 想定で組みます。コース中に給水はあります（2箇所）。

※「LB」は LA のコースを短縮したロングコンセプトのミドルコースです。女子にはロング向けのコースとして適正かと思います。

コース（トレーニング）

Training-A：コンピ（1.9km）

Training-B：コンピ（1.8km）

Training-Long：ロングレッグ（3.6km）

ファシユタもあるよ！

## スケジュール

0900：開場  
1000：練習開始  
1600：練習終了  
1700：撤収

参加費（別途 SI レンタル 300 円）

旧人：2000  
新人：1000

## 野村壮行会

奈良女子大学 2 回生の野村優衣選手が 2025 年 6・7 月にイタリア・トレントで開催される JWOC2025 に日本代表選手として選出されました。本練習会で発生した利益は全て野村選手の遠征費の補助に充てられます。

## 野村選手よりメッセージ

奈良女子大学 2 回生の野村優衣と申します。  
この度、6 月 26 日から 7 月 4 日にかけてイタリア・トレントで行われるジュニアの世界選手権に日本代表選手として出場させていただくことになりました！

代表選考前から内定が決まるまで苦しいこともたくさんありましたが、多くの方にさまざまな形で支えていただき本当に心強かったです。ありがとうございました。

選考レースでは自分が納得できる結果を出すことができず、色々複雑な気持ちがあるので JWOC レースに向けて力をもっとつけて、準備も整えて臨みたいと思います。  
大きな舞台で戦うことに対して緊張や不安もありますが、普段から支えてくださっている方々の顔を思い浮かべて、感謝の気持ちを持って全力で戦ってきます！  
応援よろしくお願いします。

奈良女子大学  
奈良女 OLC/OLP 兵庫  
野村優衣

## 連絡先

神戸大学 4 回 横江明弘

akihiro0015@icloud.com