陸上競技場外周コースにクロスカントリーコース完成！

陸上競技場400mトラックの外側に設置されている既存の平坦な走路に新たにクロスカントリーコースを併設しました。ホームカミングデーでは、コース完成披露式が行われ、スズキ株式会社鈴木修代表取締役会長からは激励の熱いお言葉がありました。浦田春生駅伝監督からのコース説明のなかで「既存外周路と新たな3つのコースの組み合わせで、バリエーションに富んだ練習が可能になった」とのコース説明がありました。今後の活躍を期待し、本学の駅伝強化を取り組む目的として「中央大学駅伝強化募金」を設置し、目標額3,000万円を2016年3月31日まで募る予定です。

<クロスカントリーコースについて>
卒業生、学生父母、本学役員、教職員、篤志家及び法人の賛同者から寄付を募り造成されました。既存外周路の外側に、三箇所（勾配5%の全長74.4m／勾配6%の全長46.0m／勾配7%の全長52.0m）設置されています。バリエーション豊かな練習が出来る環境が整いました。

北元雄駅伝主務より
「今回のクロスカントリーコース完成に伴い、多くの選手の強化に繋がっていると実感しています。練習の負荷とモチベーションを上げられるため、本戦に向けてバリエーションに富んだ練習メニューが作成できるのでチームにとっては嬉しい限りです。クロスカントリーコースの設置は、他大学も取り入れていますが、その多くは大学の補助金等で作られていると思います。しかし、今回の中大の場合は、寄付金のみで作られた背景を聞き、改めて中大の持つ力を実感しています。この環境で残り僅かな本戦までの時間を有意義に過ごし、チーム一丸となって戦っていきたいと思います。」

第92回東京箱根間往復大学駅伝競走
2016.1.2 (Sat) - 1.3 (Sun) 8:00START

中央大学駅伝応援サイト
www.chuo-u.ac.jp/ekiden 中央大学駅伝 検索

お願い
応援マナーを守った観戦をお願いします。
応援マナーについては、中大駅伝サイトをご確認ください。（12月中旬掲載予定）
このパンフレットは、沿道に捨てずに持ち帰りましょう。

輝きを取り戻すため、今歴史を創る。

数々の栄光――87回連続出場、6連覇、最多優勝回数14回. . . この大きな輝きは過去の栄光。
今年も予選会からの出場権を得た駅伝チームは、輝きを取り戻すため日々努力を積み重ねている。

中大を牽引する２人のランナー

【徳永照（４年）× 町澤大雅（３年）】対談

今年のチームはこの2人が熱い。関東インカレは町澤が3位入賞、
全日本インカレでは徳永が日本人トップの4位入賞。
常にチームを「走」で引っ張る2人に迫ってみた。

昨年の予選会と今年の予選会の違いはありましたか？

徳永：そうですね。全カレ（全日本インカレ）で日本人トップの成績で、結果を出せたので「やらなくちゃ」って気持ちが芽生えたのと、昨年はレース展開で失敗してしまい、タイムも納得いかない結果でしたので、今年は前の集団で勝負することを考えていました。
町澤：（自分が）走っても走らなくても不安な気持ちは変わらないんですよね。「通過しなかったらどうしよう」って。自分の足に託すか、周りに託すかの違いだけですから、とにかく思いっきり攻めていこうと思いました。

後ろ（中大のメンバー）を気にしながら走っていましたか？

徳永：自分自身、先頭集団で戦うために、集団から落ちないように、ずっと考えながら走っていて、正直言うと周りのことは気にならなかったです。とにかく自分に集中していました。けれど、折り返し地点を過ぎて、後続とすれ違うときは仲間の位置を確認しましたね。
町澤：僕も同じです。折り返した時に、後ろの状況は確認できるので、常に気にしながらということはありませんでした。と言うより自分自身がキツかったので、気にすることが出来なかったです。でも、後続に仲間たちがいてほしい集団にいなかったので、ちょっと不安になりました。

２人とも春から実力を発揮しましたね。

徳永：はい。4月の日体大記録会で1万mの自己ベスト（28分48秒）を樹立しました。自分自身、夏場の練習をしっかりこなして、秋シーズンに結果を出すことが多いのですが、気温などの条件が揃えば、春からでも自己記録を狙っていける自信があります。
町澤：僕も徳永さんと一緒の日体大記録会で自己ベスト（1万m28分43秒）を達成しました。今シーズンは、春から全開で行く覚悟を持って冬の走り込みを行いました。もちろん全日本予選会のレース（1万m）を視野に入れていました。この自己ベストと関東インカレの入賞で、多くの人が期待してくれていました。でもあの大失速（4組目最下位）は、申し訳ない気持ちでいっぱいでした。今だから話せるのですが、走り終わった後に熱を測ったら、38.5度もあってもうフラフラでした。

競技を振り返ることがありましたか？

徳永：予選会直近の話にはなりますが、全カレが終わって故障してしまったので、練習ができなかったんです。故障が治ってから2週間強ぐらいの期間で、みんなより長めのジョグを自主的に取り入れたり、部屋で体幹を鍛えたりして、走ることの基本（原点）に戻りました。
町澤：自分は過去を振り返ることはしないんです。苦い思い出があって、過去の記録を気にし過ぎて、記録が伸び悩んでしまったことがありました。だから常に前を見ながら、今出来ることを明確にして取り組むことに集中しています。

徳永選手は、町澤選手のことをどう思っていますか？

徳永：昔部屋が一緒で、その時はよく話をしました。最近は練習のとき以外はあまりコミュニケーションがとれていないですね。でも試合になると今のチームの中では、一番頼りになる存在です。それこそ、レースになると絶対先頭にいるので、自分自身の大きな刺激をくれる存在です。

町澤選手は、徳永選手のことをどう思っていますか？

町澤：今年1年結果を出されていますが、要所要所まとめているので、徳永さんはチームに欠かせない存在で、周りはおんぶに抱っこ状態です。徳永さんがいると安心しますし、エースに欠かせない安定感があります。しかも、頑張っているところを出さない人なんですよね（笑）。それで結果を出しているので、影で相当努力している人なんだなと思っています。

では、第92回箱根駅伝に向けての話を聞きたいと思います。本戦に向けて、どんな取り組みをしていきますか？

徳永：距離が長い大会なので、まずは故障しないこと、自信を持ってスタートラインに立つことです。今シーズン好調を維持できているので、その区間でも実力を発揮できると思います。
町澤：予選会では後半が、大きな課題になってしまいました。先ずは、その課題を克服することです。そのためにはこれから先、質の高い練習をやっていければと思います。本戦で区間賞を獲りたいので、逆算して質を求めていきたいですね。あとは3年生がレベルアップできるように考えています。

徳永：今の4年生と比べて、3年生はまとまりがあります。チームにはあと1、2枚戦力になる存在は必要なので、チームから出てきてほしいです。

「輝」について二人の思いを聞かせてください。

町澤：今の中大は、昔の輝きは全くないと思います。だからもう一回輝かせたいと思います。輝くためには箱根駅伝の優勝しかないと思うんですよね。だから、これからに向けてではなく、今だと思います。遅くても自分たちの世代で成し得たい願望はあります。ただ、今言えることは、中大を沈ませてはいけません。鈍い輝きのままではなく、光り輝くチームに持っていけるようにしたいですね。
徳永：う～ん、非常に難しいですね。なんだろう、、、町澤は普段から考えているから、思ったことを発言できるんじゃないかなと思います。自分の等身大を見てもらえたらと。。。それしか言えないですね。情けないのですが。でも、最後の箱根で次の走者に襷を渡せたとき、輝いてくれていたら良いのかなと思います。

第92回箱根駅伝の目標を聞かせてください。

徳永：泣いても笑っても、自分たちにとって最後の箱根駅伝です。自分自身に与えられた区間を万全の状態で結果を出せるよう、スタートラインに立ちたいです。今まで3回箱根を走りましたが、全て満足の行かないレースに終わっています。最後ぐらいは満足して終わりたいです。チームとしては、昨年に引き続き5位入賞、それ以上を狙っていきたいと思います。

ありがとうございました。

©「中大スポーツ」新聞部

ROAD TO 92nd HAKONE EKIDEN

さらなるチーム力の向上と本戦の上位進出を目指す

前回大会（第91回箱根駅伝）の中大は、最終区間で天国から地獄に落とされた大会になった。9区まで守り続けていた「シード権」を最終走者の大失速で、取りこぼしてしまったのだ。そのことについて浦田春生駅伝監督（以下浦田監督）はこう振り返る。「昨年は箱根駅伝予選会を辛うじて通過し、急ピッチで本戦までチームが成長しました。この結果は個人の良し悪しではなく、チームの課題として認識を持たなければならない」と。今年のチームの春は、順調に結果を出した選手が多くいた。関東インカレでは、入賞者が数多くいたが、浦田監督は不安を隠しきれないでいた。「個人種目は確かに良かったと思います。でも、箱根駅伝に向けて大切な種目は『ハーフマラソン』で良い結果を出すことなんです」と語るように、出場した3人は全くレースにならなかった。その後、この不安を露呈してしまったのが全日本大学駅伝の予選会で、チームは20大学中18番目の大惨敗で終え、多くの中大関係者は不安を隠しきれずにいた。

チーム力を強化する事が必須。そしてチーム力で戦っていく

しかし、浦田監督は冷静になり、夏の強化合宿の取り組みに自信を持っていた。「昨年の夏以降の取り組みは良かったです。この夏合宿を経験している選手が多く、昨年と同じ練習メニューをこなせていれば、予選会の通過は問題無いと思いましたが、昨年の半数くらいの選手しか、満足のいく練習が出来ていなかった」と語る。その足らない半数が、予選会の後半の失速に繋がったと浦田監督は話す。そして、最後に本戦に向けて決意と抱負を聞かせてくれた。「ここからチームが一致団結していくしかないと思います。それは野村修也陸上競技部長も同じ想いです。本戦までにしっかりとチームとして調整して、この1年間取り組んできた事を1月2、3日の本戦に向けて、チームとして力を出し切れるようにやっていきたいと思います」。浦田監督の眼差しは、輝きを取り戻せるチームになることを確信している。

＜2015 年度主な成績＞

■関東インカレ（入賞者）＜5.15-5.18　日産スタジアム（神奈川）＞
1500m　8 位　三宅一輝
5000m　7 位　三宅一輝
10000m　3 位　町澤大雅
3000mSC　8 位　竹内大地

■全日本インカレ（入賞者）＜9.11-9.13　ヤンマースタジアム長居（大阪）＞
10000m　4 位　徳永照（日本人トップ）

■全日本大学駅伝予選会＜6.20　慶応大日吉競技場（神奈川）＞
中央大学　4 時間 05 分 05 秒 19　18 位（20 チーム中）
※徳永が全日本大学選抜チームに選出＜11.1　熱田 - 伊勢＞
2 区（13.2km）38 分 55 秒【区間 8 位】

■第 92 回箱根駅伝予選会＜10.17　昭和記念公園周辺（東京）＞
中央大学　10 時間 11 分 32 秒　8 位（49 チーム中）
※本戦出場（87 年連続 90 回目）