

MATSURO
T&F通信



Vol. 140
R5.6.2

愛媛の障がい者スポーツの祭典

令和5年度えひめパラスポーツ記録会

5月28日

ニンジニアスタジアム

男子100m(第一位)12秒08)

高橋宇理弥(14秒72) **自己ベスト**

男子400m(第一位)1分02秒40)

上田 悠人(1分02秒40) **自己ベスト**

女子100m(第一位)15秒57)

浅木 玲音(15秒57) **自己ベスト**

高橋

14秒台

ついに15秒台の壁を破った。これまで高橋は、スタートダッシュの強化、フォームの改善など、タイムを縮めるために様々なことに取り組んできたが、なかなか15秒台の壁を破ることはできなかった。それでもタイムが縮まると信じ、努力を続けてきた。練習中はダッシュとダッシュの間のジョグにさえも意識をおいて走りを改善し、筋トレもより負荷の強い方法を試した。そしてこの日、自分でも良かったと評するスタートダッシュを見せ、苦しくてもフォームを崩さず、14秒台を出して見せた。
努力は裏切らない。「これからも高橋は更なる好記録を目指し、努力を重ねていく。」

