平成２７年度　夏季車いす陸上教室報告

主　　催：特定非営利活動法人ソーシャルインクルージョン研究センター
　　熊本県車いす陸上競技連盟

協　　力：熊本機能病院、熊本県スポーツ振興事業団

期　　間：平成27年8月1日（水）～11月4日（水）
　　毎週水曜日午後18時30分～　練習開始開始

場　　所：熊本県民総合運動公園　東バイパス側入り口駐車場

今年も、毎年恒例の夏季車いす陸上教室を、暑い８月から大分国際車いすマラソン前の 10 月末までの期間に実施しました。

熊本特有の蒸し暑い時期に、比較的涼しい夜の時間帯に練習ができるように、許可をいただいて熊本県民総合運動公園内の道路を走るのですが、今年も毎週水曜日の夜 18 時 30 分から準備を開始し、およそ 21 時まで車いすマラソンの初心者の方々を中心に、みんなで楽しく走ることができました。写真のように、安全のためにヘルメットをかぶり、目立つようにライトを装着をして走ります。

最近では、ジョギングをされている方々から、「こんばんは」「頑張ってください！」などお声かけ頂くことも増えてきました。毎回、2～6 名の参加者があり、駆動フォームやグローブの工夫、ポジションや練習の方法などベテラン選手に相談したり、様々な情報を皆で共有しながら実施することができ、とても有意義な練習となりました。

初心者用の乗りやすい、レーサータイプの車いすの貸し出しも可能ですので、ちょっと試してみたいという方は是非ご参加ください。来年は、もっと多くの方々と一緒に走りたいと思っております。