

## 第2回久留米筑後川河川敷自転車道路の練習会報告

2025 年 11 月 2 日(土)14 時から、久留米市筑後川河川敷自転車道路にて「第 2 回ロード実践練習」を実施しました。

当日は、熊本県の車いす陸上メンバーに加え、福岡県・佐賀県の仲間も参加し、まるでミニ大会のような活気ある練習会となりました。

天候は曇り空で気温 20 度。やや強い風が吹いていましたが、追い風ではスピードトレーニング、向かい風では負荷トレーニングと、幅広いコンディションを活かした実践的な練習となりました。

前回(第 1 回)の久留米練習は、前日の雨で一部に水たまりが残っていたため、安全を考慮して比較的平坦なコースで実施しました。

今回は、大分国際車いすマラソン大会の本番コースを意識し、アップダウンを含むコースを選択。選手一人ひとりの障害レベルや体力に応じてグループ走を行い、自転車による伴走サポートも取り入れました。

練習後には、各県での取り組みや車いすマラソンに必要な用具について情報交換を行い、親睦を深める有意義な時間となりました。

今回、当法人からの支援スタッフは十分に確保できませんでしたが、今後も選手の活動を支援し、より良い環境づくりに努めてまいります。

また、多くの仲間にご参加いただき、練習会を盛り上げていただきましたこと、心より感謝申し上げます。

