

ゲストペースランナー紹介 ⑨



おおみなみ たかみ

大南 敬美

(ユティック陸上部)

1975年生まれ 福井県出身

設定タイム 5時間

ベストタイム

2時間23分43秒 (2002年 ロッテルダムマラソン 優勝)

主な成績

2001年 世界陸上エドモントン大会 日本代表
2002年 ロッテルダムマラソン 優勝
2003年 名古屋国際女子マラソン 優勝
" 世界陸上パリ大会 日本代表

メッセージ

一人でペースを作って走ることは大変ですが、一定ペースの集団の流れにのって走ると余裕を持って走ることができます。30キロまでは余裕をもって走り、余力があればそこから頑張ってみましょう。サブ5を目指して一緒に頑張りましょう！