

2016 反省文 M2 阿部巧

今までほとんど反省文を書いていませんでしたが最後までくちはきちんとしてと思います。
今年を振り返ると大ざっぱに夏は中距離練習、冬季は長距離練習に取り組みました。

外部実験のために外部の学校に通っていることから平日に満足のいく練習をするのが難しい状況でした。ただ夏に中距離練習をして大幅に 1000m の力をつけることが出来、400.800,1000、1500m でベストを出すことが出来ました。以前に比べると練習が不足している中で出すタイムが以前より向上した感じがします。ただし 3000msc のタイムが伸び悩み 9 分台にのせることが出来ませんでした。

昨日松戸記録会をおえ最後にあわよくば 15 分台を出して終わりたいところでしたがかなわずでした。順大までは順調に体力を取り戻してきていたのですがなかなか現実は厳しいところでした。

自分はこのところの試合は 26 大の駅伝のみとなり、引退となります。

特に渡辺や達郎には修士になっても一緒に陸上に取り組んできた仲間として気持ちとしてもおおきな支えでした。また自分より実力が高い選手としても尊敬しています。

千葉陸の方がたと今年も練習することが出来て非常に楽しかったです。
本当にありがとうございました。