



すぎもと通信

2016.3.16

篠山 ABC マラソンに参加しました！！

3月6日に、開催された篠山 ABC マラソンランナーとして、参加された方、また沿道で声援を送られた方はたくさんいらっしゃると思います。当院からも、杉本院長とスタッフの2名が参りました！！皆さんの中にも見かけた方もいらっしゃるのでは？？



<<院長より>>

篠山マラソンには、以前からチャレンジしてみたいと思っていました。

数か月前からトレーニングを始め、自分自身の体の変化を感じたので、参加を決意しました。

マラソンは、高校時代の校内マラソン大会以来です。

当日はお天気もよく、少し暑かったくらいですが、走るのにはいい天候！！

スタート前の目標は、校内マラソン大会が8kmだったので、それ以上を目指していました。

結果は15KM。疲れました・・・(笑)

たくさんの方が、それぞれの目標目指して頑張る姿は、とても感慨深いものがあります。

自分なりの「新しい目標」に向け、引き続きトレーニングを積み重ね、来年も参加しようと思っています！！