

本学駅伝プロジェクトについての研究（第1報）
（第92回箱根駅伝競走予選会のレース分析から）
A Study of the Ekiden Project (Report No.1)
An Analysis of the 92nd Hakone Ekiden Race Qualifying Events

武田 一^{※1}

キーワード： 桜美林大学, 陸上競技部, 箱根駅伝

はじめに

3年目を迎えた本学駅伝プロジェクトは「大学および学園の一体感およびブランド力の向上を目指す（ONE TEAM）」ことをミッションとし箱根駅伝へ挑戦している。第92回東京箱根間往復大学駅伝競走予選会（2015.10.17）^{注1}の出場校は昭和記念公園で開催されてから最大の49校となった。今回2回目の出場となる本学の成績は30位であった。昨年、1年生のみで初出場した29位（出場48校）から1つ順位を下げたが、今大会は留学生在が不出場の中、チーム記録（10時間54分45秒）を11分21秒更新した。しかし、予選会通過ラインの10位はまだほど遠く個人の平均タイム差は4分16秒もある。

そして、今回も教職員、OACU（桜美林大学体育文化団体連合会）の有志で応援団が結成された。雨天にもかかわらず一般の応援の方を含むと昨年の300名を超える500名以上の方がコースに散らばり応援を行った。加えスタート前後にはチアリーディング部、吹奏楽団が集団応援を行い、教職員、学生、同窓生、一般の方々が一緒に応援を行い大いに盛り上がりを見せた。このことはスポーツ推進センターのミッション「大学および学園の一体感およびブランド力の向上を目指す（ONE TEAM）」が少しずつ定着しつつあると考えられる。また、練習で使用させていただいている尾根緑道（町田市）や淵野辺公園（相模原市）では、毎朝市民の方々から数多くの声援をいただきその期待も大きくなっていることが伺われる。

本研究の目的は、初出場した第91回大会のレース分析を中心に箱根駅伝に出場するための方策を考察し、加え駅伝プロジェクトの活動を報告することである。

なお、個人情報については関東学生陸上競技連盟、陸上競技関係掲載紙などにより一般に公開されている情報を使用し、本文に掲載されている研究対象者には、研究の内容及び方法を説明し、理解を求めたうえ、個人情報等が掲載される旨、同意を得て協力していただいている。

※1 TAKEDA, Hajime 桜美林大学総合科学系, スポーツ推進センター

注) 第 92 回東京箱根間往復大学駅伝競走予選会 (通称, 箱根駅伝予選会) は, 陸上自衛隊立川駐屯地の滑走路をスタートし立川市街をとおり国営昭和記念公園をゴールとする 20 km のロードレースである。本大会 (箱根駅伝) への出場は上位 10 名の合計タイムが少ない 10 位以内の大学である。選手の出場資格は平成 26 年 1 月 1 日より平成 27 年 10 月 1 日までに 5000 m を 16 分 30 秒以内もしくは 10000 m を 34 分以内の公認記録をトラックで有する者がエントリーできる。エントリーは 10 名以上 14 名以下とし出場人数は 10 名以上 12 名以下である。

第 91 回東京箱根間往復大学駅伝競走予選会

【本学の結果】

48 校出場した本大会において初出場の本学は 29 位と目標の 29 位以内を達成した (表 1)。しかし, 予選会を突破した創価大学 (10 位) とのタイム差は 52 分 03 秒で一人当たり 5 分 12 秒の大きな差がある。距離にして一人当たり約 1.7 km 差となる。本学選手の個人成績は表 2 のとおりである。

表 1 第 91 回東京箱根間往復大学駅伝競走予選会チーム成績一覧 (2014.10.17)

順位	チーム名	最終総合タイム	順位	チーム名	最終総合タイム
1	神奈川大学	10 時間 07 分 11 秒	31	東京大学	11 時間 07 分 49 秒
2	國學院大學	10 時間 07 分 18 秒	32	慶應義塾大学	11 時間 08 分 34 秒
3	東海大学	10 時間 07 分 31 秒	33	芝浦工業大学	11 時間 09 分 10 秒
4	山梨学院大学	10 時間 07 分 57 秒	34	東京学芸大学	11 時間 09 分 11 秒
5	中央学院大学	10 時間 09 分 17 秒	35	国際武道大学	11 時間 11 分 22 秒
6	上武大学	10 時間 10 分 20 秒	36	千葉大学	11 時間 24 分 56 秒
7	中央大学	10 時間 11 分 37 秒	37	東京大学大学院	11 時間 25 分 31 秒
8	順天堂大学	10 時間 11 分 55 秒	38	横浜国立大学	11 時間 27 分 25 秒
9	城西大学	10 時間 12 分 09 秒	39	高崎経済大学	11 時間 27 分 36 秒
10	創価大学	10 時間 14 分 03 秒	40	学習院大学	11 時間 27 分 43 秒
11	東京農業大学	10 時間 14 分 52 秒	41	首都大学東京	11 時間 40 分 40 秒
12	法政大学	10 時間 16 分 53 秒	42	東京工業大学	11 時間 41 分 41 秒
13	東京国際大学	10 時間 18 分 24 秒	43	一橋大学	11 時間 47 分 16 秒
14	平成国際大学	10 時間 22 分 19 秒	44	東京理科大学	11 時間 53 分 11 秒
15	国士舘大学	10 時間 25 分 28 秒	45	東京農工大学	11 時間 54 分 05 秒
16	麗澤大学	10 時間 27 分 22 秒	46	防衛大学校	11 時間 59 分 25 秒
17	専修大学	10 時間 27 分 45 秒	47	上智大学	11 時間 59 分 45 秒
18	流通経済大学	10 時間 30 分 14 秒		埼玉大学	記録なし
19	駿河台大学	10 時間 35 分 18 秒			
20	亜細亜大学	10 時間 35 分 49 秒			
21	筑波大学	10 時間 39 分 17 秒			
22	関東学院大学	10 時間 39 分 34 秒			
23	武蔵野学院大学	10 時間 45 分 45 秒			
24	東京経済大学	10 時間 47 分 15 秒			
25	松蔭大学	10 時間 51 分 29 秒			
26	日本薬科大学	10 時間 52 分 21 秒			
27	東京情報大学	10 時間 56 分 38 秒			
28	立教大学	11 時間 01 分 54 秒			
☆ 29	桜美林大学	11 時間 06 分 06 秒			
30	明治学院大学	11 時間 07 分 46 秒			

表2 本学選手の成績

個人順位	名前	5km	10km	15km	20km	失速率(%)	
1	58	ラザラス・モタンヤ (健福1年)	14.31	29.38	45.17	60.57	7.3
				15.07	15.39	15.40	
2	269	小高 真基 (健福1年)	15.44	31.54	48.05	64.58	5.7
				16.10	16.11	16.53	
3	322	吉川 健真 (健福1年)	16.15	32.41	49.16	65.57	2.6
				16.26	16.35	16.41	
4	338	南 裕也 (健福1年)	16.16	32.41	49.12	66.24	5.4
				16.25	16.31	17.12	
5	370	森山 隆秀 (健福1年)	16.15	32.41	49.48	67.04	5.9
				16.26	17.07	17.16	
6	383	高橋 啓 (健福1年)	16.16	32.46	49.49	67.23	7.4
				16.30	17.03	17.34	
7	394	和田 海希 (健福1年)	16.16	33.02	49.58	67.44	8.4
				16.46	16.56	17.46	
8	422	南 拓哉 (BM1年)	16.16	33.03	50.37	68.18	8.0
				16.47	17.34	17.41	
9	423	星 喬暁 (LA1年)	17.03	34.16	51.21	68.20	-0.5
				17.13	17.05	16.58	
10	440	菅原 宙斗 (健福1年)	16.17	33.40	51.56	69.02	8.6
				17.23	17.33	17.49	
11	465	富田 寛治 (健福1年)	16.17	33.55	51.39	70.02	11.4
				17.38	17.44	18.23	
12	515	萬上 和海 (LA1年)	17.01	34.56	52.23	72.05	13.7
				17.15	18.07	19.42	
					上位10名 の失速率	Av.	5.9
						S.D.	2.9

(上段：トータルタイム、下段：5km 毎のラップタイム)

【箱根駅伝予選会のレースプラン】

箱根駅伝予選会は20kmのレースにおいて上位10名の個人の成績を換算したチーム成績により争われるため、作戦としては以下のような単独走と集団走を組み合わせる行うのが一般的である。①エース級の力のある選手は単独走にて他大学と競り合いタイムを短縮する。②それ以外の選手はタイム設定した集団走を15km付近まで行いその後残りの力を振り絞ってタイムを短縮する。近年、数分の差で順位が変わるハイレベルな大会になったため、エース級の選手が存在に加えてチーム内の下位の選手(7～10番目)の走りが大きく左右する。上位の選手が好調でタイムを縮めても30秒から1分の間であるが、昭和記念公園の起伏のあるコースにおいては下位の選手が失速するとラスト5kmで1分以

上ロスしてしまう。また、集団走の利点はペースの安定と仲間と走れる安心感、励ましあいながら走れる集団心理による失速率の低下があげられる。

【本学のレース分析】

本学は単独走が2名、集団走の第1グループが8名、第2グループが2名（実質は怪我で練習不足ため単独走）でスタートした（図1）。その結果、入りの5kmはほぼ予定通り集団で推移したが、その後10kmまでに第1集団が3つに分かれさらにその後の集団はバラバラになり集団走の利点が活かせなかった。第2集団も同様であった。また、単独走の2名も5kmから大きくペースダウンしてしまい目標タイムを達成できなかった。

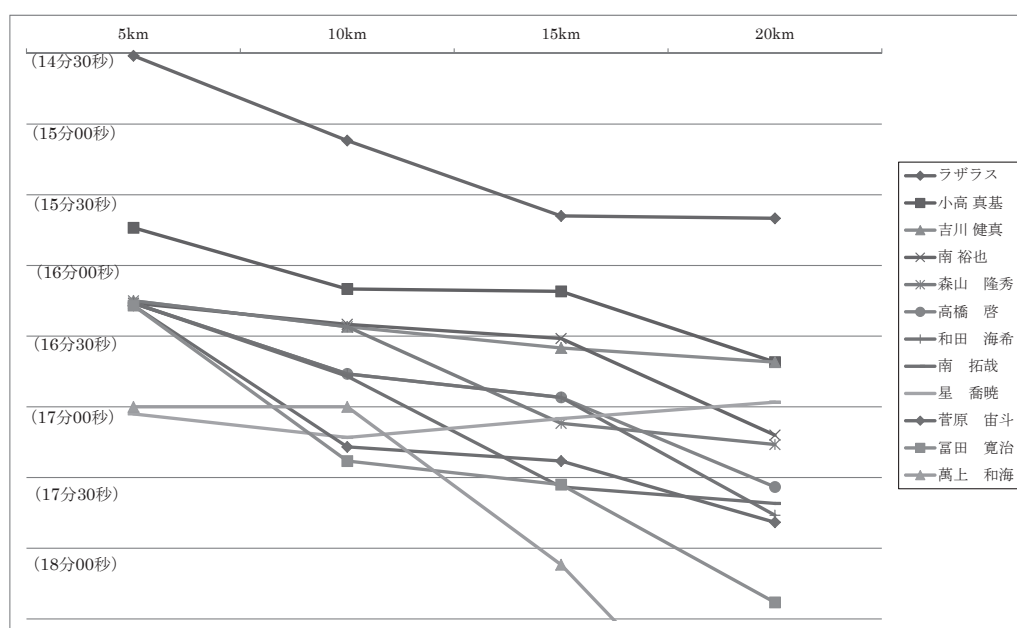


図1 第91回東京箱根間往復大学駅伝競走予選会
本学レースの推移 (2014.10.17)

【創価大大学のレース分析】

予選会を10番目で通過した創価大学は、2名の単独走と10名の集団走であった（図2）。集団走は5kmを15分25～26秒で入りその後ペースアップし5～10kmの区間記録は8名が15分19～20秒、10～15kmでは4名が15分13～14秒、2名が15分23～24秒、最後の5kmでも4名がそのまま集団で走り切った。集団走の利点を活かし15kmまで余裕をもって走り、起伏のある昭和記念公園の最後の5kmでもペースを維持した。加え、トップの選手が個人成績6位（表3）に入り、タイム短縮に大きく貢献した。その結果、他大学が後半失速する中、17位（5km）→14位（10km）→11位（15km）→10位（20

km)と徐々にランクアップしたことからチームの力を十二分に発揮できたことが伺われる。11番目の東京農業大学との差はわずか49秒であった。これは一人あたり4.9秒差(約27m)という稀にみる僅差であった。

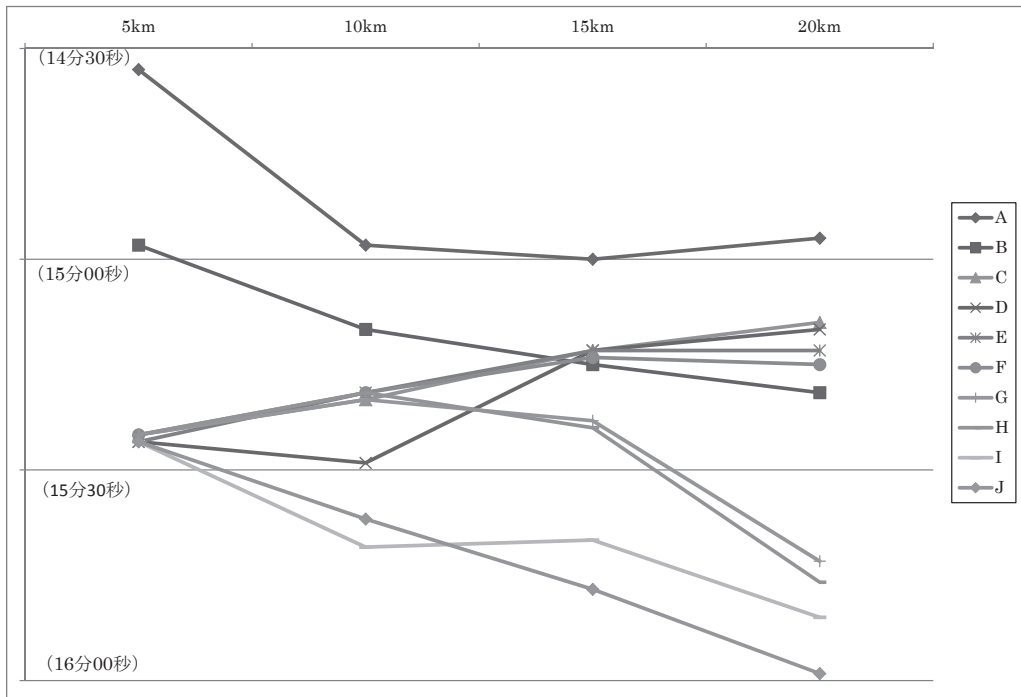


図2 第91回東京箱根間往復大学駅伝競走予選会
創価大学レースの推移 (2014.10.17)

【予選会通過ライン前後の大学のレース】

9位の城西大学から12位の法政大学の差は4分44秒で一人あたり28秒4という僅差であった。当落を分けた一要因にレースメイキングが関わっている(図3)。1位で通過した神奈川大学のチームラップはスタートから5kmと15~20kmのタイムの差は22秒でなだらかにタイムが移行している。9位の城西大学も同様にスタートからなだらかにペースダウン(30秒)している。10位の創価大学については前半中盤後半とほとんど変わらないイーブン走(8秒)であった。しかし、落選した東京農業大学は10kmから15kmまで大きくペースダウンし最後15~20kmにペースを上げている。スタートから10kmまででオーバーペースとなり10~15kmに反動としてペースダウンしたと考えられる。また、12位の法政大学は5~10kmで大きくペースダウンの後15kmまでペースアップしているが最後の5kmが再びペースダウンしている。これもスタートから5kmのオーバーペースによりペースのコントロールができなかったと考えられる。

今大会における当落線上の大学についてはペースを安定させてコントロールしたチームが予選会を通過し、ペースをコントロールできなかったチームが落選していた。一般的にレース中のペースの上げ下げはスタミナを消耗しタイムが出にくい。そのため予選会を通過するための条件の一つにペースのコントロール能力があげられる。チーム力が均衡する中で如何に持てる力を発揮するかはこのペースコントロールがカギとなる。特に昭和記念公園に入ってからアップダウンによる失速を考えると15kmまでペースをコントロールし余裕をもって行くことが大きなポイントとなると考えられる。

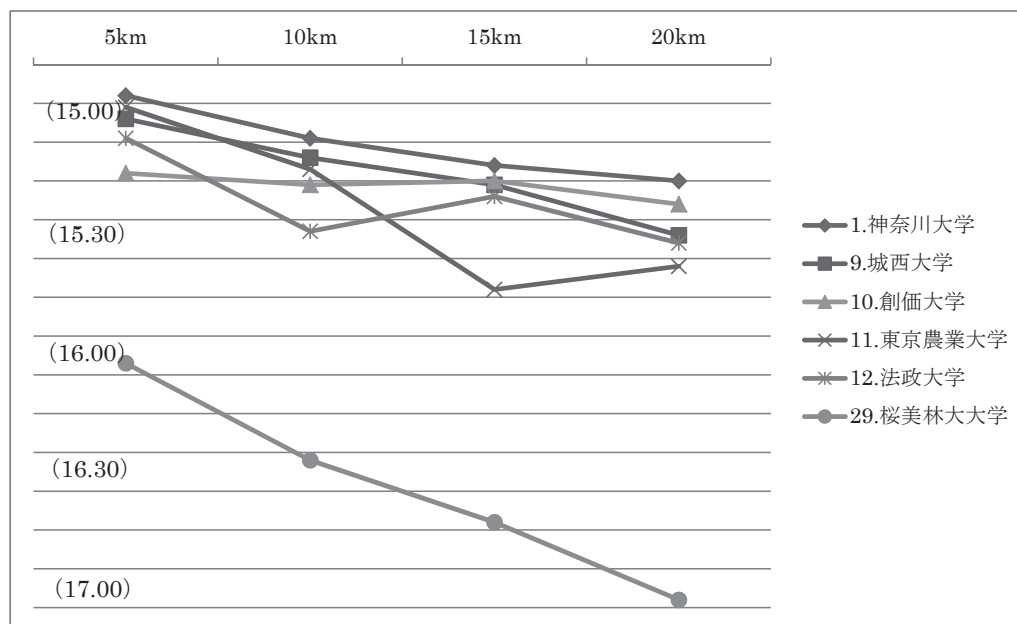


図3 第91回東京箱根間往復大学駅伝競走予選会
当落線上大学のレースの推移 (2014.10.17)

【失速率からのレース分析】

次に失速率から分析する。長距離走のレース展開としてはレース序盤に最も早い区間がありその後ペースを維持ないしダウンしラストスパートをしてゴールするのが一般的である。今回の失速率とはスタートから5kmまでと15km～20kmのゴール直前の区間タイム(5km)を比較したものである。この失速率が低いほどレースをコントロールし自分の力を発揮できたという指標の一つとなる。また、失速率が高い選手は前半のオーバーペース、体調不良、練習不足などが原因で後半著しくペースダウンしてしまう。

本学上位10名の平均失速率は5.9% (SD: 2.9) (表2)であり星選手 (-0.5%)、吉川選手 (2.6%) 以外は5.0%以上大きく失速していた (表2)。また、創価大学は平均失速率0.9% (SD: 2.1) (表3)で4名については失速率がマイナスであることから前半余裕をもって入り中盤から後半にかけて勝負をかけてきたことが伺える。

表3 創価大学選手の成績

	個人順位	名前	5km	10km	15km	20km	失速率 (%)	
1	6	A	14.33	14.58	15.00	14.57	2.7	
2	49	B	14.58	15.10	15.15	15.19	2.3	
3	71	C	15.25	15.20	15.13	15.09	-1.8	
4	73	D	15.26	15.19	15.13	15.10	-1.8	
5	80	E	15.26	15.19	15.13	15.13	-1.4	
6	85	F	15.25	15.19	15.14	15.15	-1.1	
7	128	G	15.25	15.20	15.23	15.43	1.9	
8	132	H	15.25	15.19	15.24	15.46	2.2	
9	169	I	15.26	15.41	15.40	15.51	2.6	
10	183	J	15.26	15.37	15.47	15.59	3.4	
							Av.	0.9
							S.D.	2.1

(上段：トータルタイム、下段：5km 毎のラップタイム)

は集団の塊

【本学の今後の指針】

以上のことから本学は 20 km を走り切る基礎的走力の不足とペースを安定させるペースコントロール能力が創価大学等と比較し大きく劣ることがわかる。

高校生時は 5000m のレースを目標に練習計画を立案するが、大学では 20 km を目標とした練習へ移行するため走行距離が大幅に増える。しかし、本学 1 年生チームにおいては入学後約 6 カ月しかなかったため本格的な走り込みは 8 月からとなり明らかな準備不足であった。また、人数も 15 名しかいないため怪我による練習の長期離脱は予選会の出場を左右するため練習量を増やせないジレンマもあった。

今後はしっかりと基礎的走力をつけるための走り込みとそれに伴う心身のケアに加え、下級生の入部により選手層を厚くし競争が必要不可欠である。

箱根駅伝予選会を通過するための条件

【歴史】

戦後直後までは箱根駅伝の参加校が少なかったため予選会は開催されなかった。そこで参加予定校により事前の大会として約 16km の第 1 回関東学生 10 マイル大会 (1946 年) が行われた。その後、参加校が増えたため予選会を第 10 回関東学生 10 マイル大会 (1955 年) で行い第 32 回箱根駅伝予選会と名称がついた。その後、会場は転々とし 23 年間会場になっていた大井埠頭 (1977 年～1999 年) から第 77 回大会 (2000 年) より現在の昭和記念公園に移った (表 4)。

表4 予選会が国営昭和記念公園で開催されてからの記録の推移

大会	年	1位	10位	20位	本学	1位	10位	20位	記録
第77回	2000	10時間23分14秒	10時間36分04秒	11時間24分50秒	—	大東文化大学	国土館大学	青山学院大学	30
第78回	2001	10時間07分45秒	10時間18分43秒	11時間03分57秒	—	早稲田大学	国学院大学	国際武道大学	34
第79回	2002	10時間10分20秒	10時間25分29秒	10時間55分51秒	—	東海大学	専修大学	流通経済大学	34
第80回	2003	8時間37分50秒	8時間44分25秒	9時間24分30秒	—	法政大学	拓殖大学	国際武道大学	37
第81回	2004	10時間09分07秒	10時間13分55秒	10時間44分44秒	—	早稲田大学	東京農業大学	慶應義塾大学	36
第82回	2005	10時間10分17秒	10時間19分41秒	10時間53分34秒	—	東海大学	拓殖大学	国際武道大学	39
第83回	2006	10時間06分53秒	10時間16分58秒	10時間51分30秒	—	早稲田大学	拓殖大学	立教大学	44
第84回	2007	10時間10分49秒	10時間16分38秒	10時間45分43秒	—	中央学院大学	法政大学	松陰大学	42
第85回	2008	10時間13分20秒	10時間21分01秒	10時間42分08秒	—	城西大学	大東文化大学	麗澤大学	45
第86回	2009	10時間03分39秒	10時間15分40秒	10時間30分32秒	—	駒澤大学	亜細亜大学	関東学院大学	47
第87回	2010	10時間11分39秒	10時間27分35秒	10時間50分19秒	—	拓殖大学	法政大学	関東学院大学	36
第88回	2011	10時間12分08秒	10時間19分39秒	10時間45分00秒	—	上武大学	順天堂大学	関東学院大学	40
第89回	2012	10時間04分47秒	10時間15分28秒	10時間39分42秒	—	日本体育大学	拓殖大学	松陰大学	45
第90回	2013	10時間04分35秒	10時間12分29秒	10時間31分23秒	—	東京農業大学	城西大学	麗澤大学	44
第91回	2014	10時間07分11秒	10時間14分03秒	10時間35分49秒	11時間06分06秒(29位)	神奈川大学	創価大学	亜細亜大学	48

注1) 第77回大会(2000)から第82回大会(2005)は国営昭和記念公園周回(20km)で開催

注2) 第83回大会(2006)からは陸上自衛隊立川駐屯地～立川市街地～国営昭和記念公園(20km)で開催

注3) 第80回大会(2003)は箱根町芦ノ湖(16.3km)で開催

【予選会通過記録の条件】

昭和記念公園で開催されてからも記念大会などにより予選通過校の数(6～13校)は変化しているが現在は10校である。過去の10位で最も速いタイムは第90回大会の城西大学が記録した10時間12分29秒であり一人平均61分27秒であった(表4)。このタイムは5kmを15分21秒平均で走破することである。予選会を通過するためにはこのタイムが目標タイムとなる(表5)。そして、このタイムを目標として練習計画を立案する必要がある。

表5 予選会での最高タイムの平均値(目標タイム)

	1位	10位	20位	2014本学
20km	60分22秒	61分27秒	63分03秒	66分36秒
5kmの平均タイム	15分05秒	15分21秒	15分45秒	16分16秒

2014年10月予選会後から2015年10月予選会までの取り組み

10月18日, 第91回東京箱根間往復大学駅伝競走予選会(29位)。

10月19日～20日, 長崎がんばらんば国体視察

(2015年度入学予定者が少年A5000mに出場)。

11月1日～3日, 千葉合宿(生命の森リゾート, 千葉市昭和の森公園)。

- 11月8日, 十大学対抗陸上競技大会(八王子市立上柚木公園陸上競技場).
- 11月8日~23日, 真也加監督, ケニアにてリクルーティングとクロスカントリー大会視察
- 11月23日, 府中多摩川マラソン大会, 小高真基(健福1)優勝, 治郎丸コーチ30歳代の部で優勝.
- 11月29日, 2014八王子ディスタンスにてLAZARAUS MOTANYAが10000mに初挑戦(30分04秒26)
- 12月4日, 週刊プレーボーイから取材(今は指導者として箱根を目指す, “孤高の留学生”インタビュー!!, NO1,2掲載)
- 12月16日, タウンニュースから取材(陸上競技部 駅伝チーム指導 踏み出した「新たな一歩」1月1日号掲載)
- 12月19日, 全国高等学校駅伝競走大会監督懇親会参加
- 12月21日, 全国高等学校駅伝競走大会(リクルーティング)
- 12月23日~28日, 寮合宿
- 12月24日, (株)ニューレックス ザバス営業部によるスポーツ栄養講習会
- 12月29日~1月7日, 解散
- 1月2日~3日, 第91回東京箱根間往復大学駅伝競走補助員
- 1月30日~2月3日, 東伊豆合宿
(伊豆稲取スポーツヴィラ, 東伊豆町クロスカントリーコース)
- 2月8日~14日, 千葉合宿(生命の森リゾート, 千葉市昭和の森公園)
- 2月24日, OBIRINER PLUS とケニア(Nation Media Group)からの取材
- 3月17日~3月24日, 千葉合宿(生命の森リゾート, 千葉市昭和の森公園)
- 3月22日, 春の高校伊那駅伝2015(リクルーティング)
- 3月28日, スポーツ活動支援金寄付者に対する報告会(謝礼の会)
- 4月4日, 第24回金栗記念選抜陸上中長距離熊本大会(リクルーティング)
- 4月7日, 陸上競技マガジン社より取材
(桜美林大2年目のシーズンへ始動, 6月号掲載)
- 4月18日~19日, 第49回織田幹雄記念国際陸上競技大会(リクルーティング)
- 4月25日~26日, 第63回兵庫リレーカーニバル(リクルーティング)
- 4月30日, 未代先生と留学生のコンピューターリテラシーについてミーティング
- 5月2日~6日, 富士見高原合宿(ジュネス八ヶ岳, クロスカントリーコース)
- 5月8日, ゴールデンゲームス in のべおか(リクルーティング)
- 5月7日, FMさがみ「それいけさがみ月光団」より取材(5/17放送)
- 5月14日~17日, 第94回関東学生陸上競技対校選手権大会(3名エントリー)
- 5月中旬~8月初旬, (県・地区・全国)高校総体(リクルーティング)
- 5月26日, SKECHERS(シューズ)のモニターとしてのミーティング

7月12日, 八大学対校陸上競技大会
7月17日, 武相マラソンを支援する会参加
7月17日～7月28日, 真也加監督, ケニア選手権視察およびリクルーティング
7月26日, 境川クリーンアップ作戦に参加
7月30日～8月2日, 全国高校総体(和歌山)(リクルーティング)
8月6日～9月1日, ラザラス, 山梨学院大学の練習と合宿(野辺山高原, 車山高原)に参加
8月6日～10日, 選手帰省
8月14日～9月4日, 富士見高原合宿(ジュネス八ヶ岳, クロスカントリーコース)
8月16日～22日, 南裕也, 小高真基, 駒澤大学の合宿に参加(長野県野尻湖)
8月18日～21日, 1年生, 山梨学院大学の合宿に参加(長野県野辺山高原)
9月11日～16日, 菅平合宿(長野県)
10月6日, タウンニュースから取材(10/15掲載)
10月17日, 箱根駅伝予選会出場(日本テレビで地上波生中継)

***定期的な活動**

毎週1回: 選手ミーティング

毎月1回: 個人面接(指導スタッフによる練習指導, TAMAYO氏による栄養指導)

おわりに

2013年4月から始まった駅伝プロジェクトは2015年は2回目の挑戦となった。チーム成績として順位は残念ながら1つ下げ30位であったがタイムを11分21秒更新したことは1年間の成長のあかしである。

当日は多くの学生, 教職員, 卒業生, 近隣の方が応援にかけつけその数は500人以上であった。このプロジェクトの目的「大学および学園の一体感およびブランド力の向上を目指す(ONE TEAM)」は, 今回の予選会の盛り上がりから貢献できたと考える。しかし, 大切なことはこの雰囲気を持続していくことであり, そのためにはチームがさらに強くなり夢の箱根駅伝出場を一步一步目指す過程が大切であるとする。2015年の予選会通過記録は10時間12分04秒(10位上武大学)である。このタイムは予選会10位の記録として過去最高記録であり, 今後ますますレベルアップされることが予想される。その厳しい環境の中で, まずは桜美林らしい指導による現有選手の育成を第一に, 加えリクルーティングの強化, 練習環境の整備, 情報の発信, サポーターのさらなる確保など多くの課題を一つ一つ整えていく必要がある。

最後に, この駅伝プロジェクトを支援いただいております学園関係者の方々, 市民の皆様感謝いたします。

引用・参考文献

- 1) 武田一：清水安三と体育・スポーツ，桜美林論考「自然科学・総合科学研究」第4号，(2012)
- 2) 武田一：本学駅伝プロジェクトの取り組み，桜美林論考「自然科学・総合科学研究」第5号，(2013)
- 3) 武田一：本学駅伝プロジェクトの取り組み（新チームの発足），桜美林論考「自然科学・総合科学研究」第6号，(2014)
- 4) 箱根駅伝歴史シリーズ【第1巻】激闘の予選会史，ベースボールマガジン社，104-130 (2012)
- 5) 陸上競技マガジン 2014年12月号，ベースボールマガジン社，12-19 (2014)
- 6) 月刊陸上競技 2014年12月号，講談社，22-33 (2014)
- 7) 「第91回東京箱根間往復大学駅伝競走予選会」総合結果，関東学生陸上競技連盟，
http://www.kgrr.org/event/2014/kgrr/91_hokone_yosenkai/sougou_r.pdf
(2015.10.21 アクセス)
- 8) 「第91回東京箱根間往復大学駅伝競走予選会」チーム成績，関東学生陸上競技連盟，
http://www.kgrr.org/event/2014/kgrr/91_hokone_yosenkai/team_r.pdf
(2015.10.21 アクセス)
- 9) 「第91回東京箱根間往復大学駅伝競走予選会」個人成績，関東学生陸上競技連盟，
http://www.kgrr.org/event/2014/kgrr/91_hokone_yosenkai/kojin_r.pdf
(2015.10.21 アクセス)
- 10) 「第92回東京箱根間往復大学駅伝競走予選会」総合結果，関東学生陸上競技連盟，
http://www.kgrr.org/event/2015/kgrr/92hakone_yosenkai/sougou-r.pdf
(2015.10.21 アクセス)
- 11) 「第92回東京箱根間往復大学駅伝競走予選会」チーム成績，関東学生陸上競技連盟，
http://www.kgrr.org/event/2015/kgrr/92hakone_yosenkai/team-r.pdf
(2015.10.21 アクセス)
- 12) 「第92回東京箱根間往復大学駅伝競走予選会」個人成績，関東学生陸上競技連盟，
http://www.kgrr.org/event/2015/kgrr/92hakone_yosenkai/kojin-r.pdf
(2015.10.21 アクセス)

要約

3年目を迎えた本学駅伝プロジェクトは「大学および学園の一体感およびブランド力の向上を目指す (ONE TEAM)」ことをミッションとし箱根駅伝へ挑戦している。2回目の出場となる本学の成績は30位であった。昨年、1年生のみで初出場した29位(出場48校)から1つ順位を下げたが、今大会は留学生が不出場の中、チーム記録(10時間54分45秒)を11分21秒更新した。しかし、予選会通過ラインの10位はまだほど遠く個人の平均タイム差は4分16秒もある。

本研究は本学が箱根駅伝に出場するため方策を考察することを目的に初出場した第91回大会のレース分析をおこなった。今大会における当落線上の大学についてはペースを安定させてコントロールしたチームが予選会を通過し、ペースをコントロールできなかったチームが落選していた。また、本学は失速率が高いため20 kmを走り切る基礎的走力を上げることとペースを安定させるペースコントロール能力をみがくことが必要であることがわかった。