

<i>being</i> リレー評価シート	
日時	平成21年3月21日(土) 16:10
大会名	越谷市春季記録会(しらこぼと)
種目:記録	4×100mR:44"28
オーダー	【石崎】-【近田】-【八重樫】-【桑原】
気象条件	晴れ、15 程度、追い風5m程度
<p>R1【石崎】体調(70%)・自己評価(80点) (24)足長 【近田】体調(60%)・自己評価(70点)</p> <hr/> <p>【石崎】ちょうどゾーン直前で強風を受けるような感じだったので、よろけたように見えたのかも? かなり詰まったために渡しづらく、1発目でスムーズには入らなかったが、すぐリカバリーできた。アンダーのよさを実感。 【近田】バランスを崩したように見えたので若干出るのを遅らせた バトンが1回で入らなかったように感じたが、すぐに入ってきた いつもなのだが、どうしても右足前スタートでは1歩目が上手く乗らず加速が鈍い。</p> <p style="text-align: right;">次回()足長</p>	
<p>R2【近田】自己評価(80点) (25)足長 【八重樫】体調(40%)・自己評価(50点)</p> <hr/> <p>【近田】詰まり気味だったが概ね上手くいった 県南選手権の時にやっていたが今回の方がスムーズに渡せた(精神的にゆとりがあった) もっと状態がよくなってきたらもう少し引っ張っても大丈夫だと思う。 【八重樫】膝裏に少し痛みがあり、うまく蹴れず出遅れました。</p> <p style="text-align: right;">次回()足長</p>	
<p>R3【八重樫】自己評価(60点) (23)足長 【桑原】体調(70%)・自己評価(70点)</p> <hr/> <p>【八重樫】ギリギリ渡せました。風の影響が大きかったのかもかもしれません。 【桑原】スタートはスピードを微調整したものの、減速はせずに受け取れました。ただ、あと2、3歩パスが遅れれば減速していたと思います。でももらった感触は問題なし!</p> <p style="text-align: right;">次回()足長</p>	
<p>総括・備考・その他</p> <ul style="list-style-type: none"> 冬期に練習を積んだアンダーハンドパスの実質的な初戦でした。 シーズン初戦であることと、強風というコンディションを考慮すればタイムは妥当か。アンダーは安定感があり、見ていて安心(星野) 3走はいいですね!コーナーの走りで何か掴めた気がします(八重樫) 	