

「第 25 回 2017 おきなわマラソン」大会レポート

【開催地：沖縄県中部 開催日：2017 年 2 月 19 日】

我那覇 昭子 選手 (チームハシカワ)

8 位

2 月 19 日 (日)、沖縄県中部で開催された第 25 回おきなわマラソンに参加してきました。

3 時間 3 分 8 秒の自己ベストを更新するのが目標でしたが、2 週間前に大腿部を痛めたことで、冴えない走りとなってしまいました。結果は 3 時間 28 分 11 秒と物凄く平凡で競技部門 8 位。

しかーし、レース結果は冴えませんでした、AthleteX は大活躍！！快晴で 20℃を優に越える暖かさとなり、まさに AthleteX 日和♪

朝、家を出る前に顔や首、腕にアンダーベースを“2 度塗り”(これが重要なポイント！！)してサンプロテクト 50+を塗り、夕方までそのままでしたが、日焼け止めの効果は抜群。アンダーベースの 2 度塗りで日焼け止めの効果が増しますし、肌荒れや乾燥も防げます。2 月だから・・・と油断した人はかなり焼けたようですね。日焼けは地味に体力奪いますし、翌日の疲労感も増しますので、曇りだから、冬だから・・・等と甘く考えず、対策することをオススメしますよ～(*´▽`)♪

これから益々 AthleteX が手放せない季節♪ケアを怠らず AthleteX と共にスポーツを楽しみます♪

2017 年 2 月 26 日 我那覇昭子

