

」オ

・オ・ニ・I・ : ・ヒ・蠟シ・ケ

MD_POSTEDONナ ニシヤ: [オカガテ」フ](#) キヌコワニ 2007-4-30

」オシヤ」アニ ハカ筈ヒ。チ」ア」ウニ ハニ ヒ、マナ 、・、・ オ 。inツ

[・ツ、・ 争ニ。シ・ヨ・](#)

・ツ、・ 祈イシ オ

ヒサメ

800m(5/12 へス11:05 ス 4:15 5/13 キ 2:50)

イ菁ト。。貳フ鬘ル」エ。ヒ。「コエニ」。。ク ル」エ。ヒ。「オネイヤ。。ハ キシ。ル」エ。ヒ

1500m(5/11 へス13:30。。キ 6:45)

シ 譯。ツ マ。ル」エ。ヒ。「クナタ釘。ホノ。ル」エ。ヒ。「オハソ。。ケアケヤ。ル」エ。ヒ

5000m(5/13 キ 1:00)

テ眞シ。。ケ簀ホ。ル2。ヒ。「フレツシ。。ケアオヨ。ル」エ。ヒ。「イマセ蟻。ケユシ ル」ウ。ヒ

10000m(5/11 キ 5:25)

イマケ違。キ タマコ。ル2。ヒ。「ニ」アハ。。ケノエ ル」エ。ヒ。「アウタクナト。。テメノア。ル」イ。ヒ

3000mSC(5/12 キ 2:45)

ヒフツシ。。ソホ。ル」エ。ヒ。「ハソイヤ。。ヘエ。ル」ウ。ヒ。「ネトトヘ。。ノヒク ル」イ。ヒ

ス メ

800m(5/12 へス13:55 5/13キ 3:00)

サウケオ。。ネ カ ル」エ。ヒ。「イテニ」。。-鮫メ。ル」ウ。ヒ。「カ筆 。フタニ 。ル」ウ。ヒ。「イテヌシ。。ケ、°、 ル」ウ。ヒ。「-ツタ釘。ヘオサメ。ル」

ウ。ヒ。「フ鏡ト。。メ、惕°。ル」イ。ヒ

1500m(5/11 へス13:10。。キ 6:30)

オ昂ソ。。フタニ 癸ル」エ。ヒ。「ウタナ。。ニ猜 。ル」エ。ヒ。「タセツシ。。ネ ル」譯ル」エ。ヒ。「サウケオ。。ネ カ ル」エ。ヒ。「ヒフツシ。。ケヤニ燦ル」ウ。

ヒ。「-ツタ釘。ヘオサメ。ル」ウ。ヒ。「ナ 。ケ眸猥隣ル」イ。ヒ。「サウヒワ。。キ、エ、遙ル」イ。ヒ

5000m(5/13 キ 2:20)

セヨサウ。。ホムツ蟻ル」オ。ヒ。「ウタナ。。ニ猜 。ル」エ。ヒ。「タセツシ。。ネ ル」譯ル」エ。ヒ。「セ衫釘。ノ 、サメ。ル」ウ。ヒ。「カ簀ト。。キヤメ。ル」ウ。

ヒ。「ヒフツシ。。ケヤニ燦ル」ウ。ヒ。「ク衄」。。ヘアケ鞏。。ル」イ。ヒ。「サウヒワ。。キ、エ、遙ル」イ。ヒ

10000m(5/11 キ 4:35)

セヨサウ。。ホムツ蟻ル」オ。ヒ。「チ-ナト。。オ、荀オ。ル」エ。ヒ