

Yahoo!ジオシティーズサービス終了のお知らせ



NHKで特集された驚きの腸の健康法が話題

フローラ健康科学研究所

NHKスペシャルで驚きの新事実が報道。健康管理はフローラとうんちから

Ads by Yahoo! JAPAN



次の夢を追いかけて

## 旅がらすの乱RUNらん

2007年10月20日

前橋～草津温泉ラン72km

(右の写真はそのゼッケン)



スパルタスロンで会った群馬県人はみんな前橋テルサでトレーニングしているようだ。その人たちに誘われ、前橋トライアスロンクラブの「前橋～草津ラン激走72km」に行ってきた。

昨夜の雨で天気が心配だったが、今日は晴れ。真っ暗な4時半に起き、前橋水道局庁舎へ。スタートは予定より遅れて6時。まだ寒い。72kmの部参加は10人。他に、リレーの部が一組。伴走仲間のI上さんは今日はサポートだ。

利根川に沿った道を坂東橋まで走る。国道17号に出て、渋川市内に入った。このイベントに誘ってくれたU山さんはどんどん先に飛ばして行った。このクラブの会長S井さんも先頭を走っているらしい。自衛隊で若い頃近代5種の選手だったM沢さんとしばらくいっしょに走る。渋川のコンビニでトイレに知っている間に誰もいなくなってしまった。吾妻川を渡る。子持山、小野子山がよく見える。必死で追いかけて、やっと一人追いついた。そのあとほとんどいっしょに走ったのに、お名前聞き忘れてしまった。

下の行は写真2枚。左は利根川沿いを走る仲間。右は吾妻川の橋から、小野子山の眺め。



吾妻川にそって353をまっすぐ何十キロも走る。暑くなってやたらと喉が乾く。梅干、オレンジがおいしい。中之条を過ぎ、倉瀨を回ってくる道(いつも車で通る)を合流。それから吾妻溪

谷遊歩道、といっても国道の歩道だけど、バンジーのようなはるか下に激流が見える。吾妻川を渡って、川原湯温泉の下を通る。

そこから長野原へは歩道がなく危ないので国道をさけ、静かな山村へ。  
次の行は写真2枚。左の写真は橋から見下ろす吾妻渓谷。右の写真は山村の道。



だいぶ疲れて、上り坂が辛い。長野原の街を過ぎると「草津」への曲がり角「大津」交差点。地名が東海道みたいだね～。それからずっと上り坂。つらいつらい。塩分も欠乏し、フラフラしてきた。気温はだいぶ下がったのだけど、陽射しは強い。セブンのおでん(70円セールでラッキー)つゆたくで回復。上りはあとちょっと。標高が上がったら紅葉がきれいだ。

15:35、ホテル紅葉にゴール。ここの露天は良かった。景色丸見え。(風呂は見られない) 日帰りするので17:25のバスに乗ることにして宴会組みとわかれ、温泉街に。バスには間に合ったけど、これに乗っても 接続する電車がなさそう。次の18:20で帰ることにして、温泉街散歩。共同浴場に入浴してきた。白旗の湯と千代の湯。

湯畑の周りは、若者中心に観光客で大賑わい。宿は夕食時なのに、なんでだろう？

次の行から写真4枚と説明。



草津まで残り3kmあたりの紅葉。



白旗の湯。



上の2枚は湯畑

[旅がらすの乱RUN欄 2007年10月に戻る](#)

[からっ風の丘からHOME](#)



**NHKで特集された驚きの腸の健康法が話題**

フローラ健康科学研究所

NHKスペシャルで驚きの新事実が報道。健康管理はフローラとうんちから



**月額/1980円からスマホが使える**

NTTドコモ

料金プランの組み合わせで月々のご利用料金をおトクに※代表回線の契約期間15年...

Ads by Yahoo! JAPAN