



昌平高校(埼玉)出身、持ち記録は60”60

本番に自信をもって臨めるような準備をしてきた スティックに練習を積み重ねてきた石澤、関カレはいかに。

--最後の関東インカレを前にした心境は

最後って思っていない自分がいます。緊張が8割くらい。集大成となるので、タイムを出すためにベストなコンディションにもっていきたいという気持ちです。

--冬季はどのように過ごしてきたか

本番に自信をもって臨めるような準備をしてきました。去年と変わった点は、技術練習を増やしたことです。去年、清田先生から技術的な指導をしていただいたところ、関東インカレのマイルでタイムが出て、走り込みも大切だけど「400mを持たせるための走り方」が大切だと思うようになって。あと、自分の走り向き合うようになったかな。自分の走りを動画で見返したり、皆とアドバイスし合ったりする機会が増えました。

--関東インカレでの目標は

決勝に行くことです!

--最後に一言

とにかく頑張るので応援よろしくお願いします!