

年間走り込み大会データ
Dragon Marathon 2024

4月22日
新設の「top」のシートに注目！！

凡例 ■=NT選手 ▼=NT關係者 ▽=一般 無印=多摩OL ☆=女子

365 /365days		100.00%		Go for target!																	
MAR 31 days																					
性	年月	名前	所属	単月距離 km	単日 days	累計順	累計距 km	累計日 days	年間目標 km	達成率 %	AVE. 単 km	AVE. 単 km	単月進捗 km	累計進捗 km	着地予想 km	着地予想 対目標 %	単時 h	累計時 h	目標時 h	氏名	年齢
	1	花 澤▽	-----	408.5	30	1	4391.1	363	4500	97.58%	13.62	12.10	26.3	-108.9	4391.1	97.6%	0	0		花澤 和男	64
☆	2	西 山▽	-----	378.6	26	2	4389.8	301	3600	121.94%	14.56	14.58	72.8	789.8	4389.8	121.9%	0	0		西山 千花	64
	3	円 井	多摩OL	351.5	30	4	3354.0	361	4200	79.86%	11.72	9.29	-5.2	-846.0	3354.0	79.9%	48	578	600	円井 基史	47
	4	瀬 川▽	ふるほうす	345.0	23	3	4009.0	285	3600	111.36%	15.00	14.07	39.2	409.0	4009.0	111.4%	0	0		瀬川 英雄	60
	5	上坂昌	多摩OL	267.0	24	6	2916.0	306	1500	194.40%	11.13	9.53	139.6	1416.0	2916.0	194.4%	0	0		上坂 昌生	63
	6	角 岡▽	三河	256.3	27	15	1865.3	269	1800	103.63%	9.49	6.93	103.4	65.3	1865.3	103.6%	26	210		角岡 明	55
	7	小林毅▽	札幌農学校	251.7	27	7	2781.2	300	2400	115.88%	9.32	9.27	47.9	381.2	2781.2	115.9%	31	383		小林 毅	61
	8	鈴木孝	多摩OL	226.6	14	10	2457.2	138	3360	73.13%	16.19	17.81	-58.8	-902.8	2457.2	73.1%	0	0		鈴木 孝司	51
	9	奥 田▽	京業	222.2	25	8	2710.8	278	2000	135.54%	8.89	9.75	52.3	710.8	2710.8	135.5%	0	0		奥田 健史	51
	10	稲 葉▽	三河	191.4	24	5	3298.3	325	3000	109.94%	7.98	10.15	-63.4	-298.3	3298.3	109.9%	21	441	400	稲葉 英雄	61
	11	田中正	多摩OL	179.4	16	20	1530.0	139	2000	76.50%	11.21	11.01	9.5	-470.0	1530.0	76.5%	0	0		田中 正人	57
	12	松 崎▽	京業	174.7	13	12	2195.4	180	2400	91.47%	13.44	12.20	-29.2	-204.6	2195.4	91.5%	18	217		松崎 崇志	31
	13	大 島▽	滋賀県協会	162.9	13	9	2458.1	225	2400	102.42%	12.53	10.92	-40.9	58.1	2458.1	102.4%	15	311	240	大島 健一	56
	14	鈴木雄▽	杏友会	138.0	22	17	1711.0	283	1700	100.65%	6.27	6.05	-6.4	11.0	1711.0	100.6%	0	0		鈴木 雄輔	64
	15	原 野▽	所沢	129.0	21	11	2216.0	303	1200	184.67%	6.14	7.31	27.1	1016.0	2216.0	184.7%	0	0		原野 幸男	55
	16	松 澤▽	松塾	121.0	30	18	1620.0	353	2000	81.00%	4.03	4.59	-48.9	-380.0	1620.0	81.0%	15	208	220	松澤 俊行	82
	17	藤 平	多摩OL	120.0	10	22	1326.0	115	1200	110.50%	12.00	11.53	18.1	126.0	1326.0	110.5%	14	161	140	藤平 正敏	63
	18	新田見▽	練馬	118.7	29	23	1291.1	211	2000	64.56%	4.09	6.12	-51.2	-708.9	1291.1	64.6%	0	0		新田見俊宣	58
	19	岡 本▽	兵庫	118.0	9	25	1042.6	177	1000	104.26%	13.11	5.89	33.1	42.6	1042.6	104.3%	16	149	180	岡本 隆之	64
	20	池 ▽	京業	117.9	15	14	1954.3	204	3600	54.29%	7.86	9.58	-187.9	-1645.7	1954.3	54.3%	0	0	400	池 陽平	42
	21	小林亜▽	つままい	116.0	15	21	1441.0	237	1800	80.06%	7.73	6.08	-36.9	-359.0	1441.0	80.1%	0	0		小林亜紀夫	56
	22	山田一	多摩OL	106.2	28	24	1262.6	326	1200	105.22%	3.79	3.87	4.3	62.6	1262.6	105.2%	0	0		山田 一善	65
	23	内 海▽	丘の上	97.4	9	28	1001.7	134	1500	66.78%	10.82	7.48	-30.0	-498.3	1001.7	66.8%	11	109	150	内海 洋	60
	24	荒 井	多摩OL	93.0	15	32	796.8	120	1200	66.40%	6.20	6.64	-8.9	-403.2	796.8	66.4%	22	173		荒井 正敏	68
	25	平 島▽	京都	89.5	18	29	959.9	168	1200	79.99%	4.97	5.71	-12.4	-240.1	959.9	80.0%	14	154	150	平島 俊次	72
	26	鈴木恒	多摩OL	86.0	31	27	1018.0	365	1000	101.80%	2.77	2.79	1.1	18.0	1018.0	101.8%	13	157	150	鈴木 恒久	67
	27	豊 島▽	早大OC寿会	84.5	12	31	861.4	161	1100	78.31%	7.04	5.35	-8.9	-238.6	861.4	78.3%	11	104	100	豊島 利男	64
	28	木村佳▽	長野県協会	80.8	12	30	890.5	129	1200	74.21%	6.73	6.90	-21.1	-309.5	890.5	74.2%	0	2		木村 佳司	63
	29	桜 井▽	ES関東C	66.2	10	19	1565.3	187	2750	56.92%	6.62	8.37	-167.4	-1184.7	1565.3	56.9%	10	228	365	桜井 剛	61
	30	寺島美	多摩OL	61.7	5	35	696.7	55	800	87.09%	12.34	12.67	-6.2	-103.3	696.7	87.1%	0	0		寺島 美昭	64
	31	大 町	多摩OL	55.0	4	42	503.1	43	600	83.85%	13.75	11.70	4.0	-96.9	503.1	83.9%	11	144		大町 宏昭	64
	32	三 宅	多摩OL	53.5	10	34	758.0	115	800	94.75%	5.35	6.59	-14.4	-42.0	758.0	94.8%	0	0		三宅 亘	65
	33	星野健	多摩OL	51.5	7	39	533.8	63	500	106.76%	7.36	8.47	9.0	33.8	533.8	106.8%	7	68		星野 健大	52
	34	松 山	多摩OL	48.5	10	33	760.7	158	650	117.03%	4.85	4.81	-6.7	110.7	760.7	117.0%	0	0		松山 雅彦	72
	35	宇野浩	多摩OL	46.2	4	26	1032.7	92	1000	103.27%	11.55	11.23	-38.7	32.7	1032.7	103.3%	0	0		宇野 浩一	66
	36	宇佐俊	多摩OL	45.9	5	16	1805.9	162	1500	120.39%	9.18	11.15	-81.5	305.9	1805.9	120.4%	0	0		宇佐美俊哉	63
	37	今井信▽	上尾	44.3	11	43	479.9	119	366	131.12%	4.03	4.03	13.2	113.9	479.9	131.1%	0	0		今井 信也	67
	38	中 野▽	早大OC寿会	37.4	13	38	538.8	173	1200	44.90%	2.88	3.11	-64.5	-661.2	538.8	44.9%	4	65		中野 浩	64
	39	菅原琢	多摩OL	36.8	5	13	2108.1	160	1500	140.54%	7.36	13.18	-90.6	608.1	2108.1	140.5%	6	266		菅原 琢	59
	40	大 塚▽	千葉	36.0	9	40	527.0	116	600	87.83%	4.00	4.54	-15.0	-73.0	527.0	87.8%	0	0		大塚 規市	74
	41	平	多摩OL	29.2	13	36	577.5	205	800	72.19%	2.25	2.82	-38.7	-222.5	577.5	72.2%	10	202	80	平 雅夫	72
☆	42	酒井か▽	Team白樺	28.2	7	41	504.1	115	600	84.02%	4.03	4.38	-22.8	-95.9	504.1	84.0%	0	0		酒井か代子	72
	43	酒井克▽	Team白樺	25.0	5	49	218.0	49	700	31.14%	5.00	4.45	-34.5	-482.0	218.0	31.1%	4	50	100	酒井 克明	75
	44	児 玉	多摩OL	24.0	7	47	277.0	90	200	138.50%	3.43	3.08	7.0	77.0	277.0	138.5%	0	0		児玉 拓	80
	45	細 谷▽	山形県協会	23.2	4	46	335.1	61	1000	33.51%	5.80	5.49	-61.7	-664.9	335.1	33.5%	0	0		細谷 健一	56
	46	三 野	多摩OL	15.2	2	45	367.4	44	1000	36.74%	7.60	8.35	-69.7	-632.6	367.4	36.7%	0	0		三野 隆志	45
	47	笠 原▽	ソニー	14.3	2	44	379.1	47	300	126.37%	7.15	8.07	-11.2	79.1	379.1	126.4%	3	70		笠原 健司	64
	48	鈴木規	多摩OL	10.6	7	51	151.2	59	360	42.00%	1.51	2.56	-20.0	-208.8	151.2	42.0%	0	0		鈴木 規弘	67
	49	ヨルク	多摩OL	10.0	1	50	167.0	24	120	139.17%	10.00	6.96	-0.2	47.0	167.0	139.2%	25	280	240	ヨルク V.	61
	50	伊 東▽	広島	7.0	4	37	552.9	73	600	92.15%	1.75	7.57	-44.0	-47.1	552.9	92.2%	1	14		伊東 博司	68
	51	高橋厚	多摩OL	4.2	2	52	84.8	30	200	42.40%	2.10	2.83	-12.8	-115.2	84.8	42.4%	0	0		高橋 厚	94
	52	高 尾▽	方向音痴会	2.7	3	53	36.5	23	100	36.50%	0.90	1.59	-5.8	-63.5	36.5	36.5%	1	16	20	高尾 昭次	67
	53	小比賀▽	広島県協会	0.0	0	48	218.7	51	500	43.74%	0.00	4.29	-42.5	-281.3	218.7	43.7%	0	0		小比賀健司	55
	53	鈴木博	多摩OL	0.0	0	54	0.0	0	500	0.00%	0.00	0.00	-42.5	-500.0	0.0	0.0%	0	0	100	鈴木 博実	65
				</																	

合計	5,808	718	72,928	9,070	78,906
平均	107.6	13.3	1,350.5	168.0	1,461.2

※所属、凡例、年齢、目標などの訂正・変更はtaku@orienteeing.comまで！

J2に名前を貼り付けてF9を押すと、該当個所の色が変わります
J2→ (自分の名前の上でctrl+C、J2の上でctrl+Vします)

MAR	365 / 365days	100.00%
-----	---------------	---------

	累計距離	km	累計日数	days	年間目標	km	達成率	%	AVE.単	km	AVE.累	km	累計進捗	km
1	花 澤▽	4391.1	鈴木恒	365	花 澤▽	4500	上坂昌	194.40%	鈴木孝	16.19	鈴木孝	17.81	上坂昌	1416.00
2	西 山▽	4389.8	花 澤▽	363	円 井	4200	原 野▽	184.67%	瀧 川▽	15.00	西 山▽	14.58	原 野▽	1016.00
3	瀧 川▽	4009.0	円 井	361	西 山▽	3600	菅原琢	140.54%	西 山▽	14.56	瀧 川▽	14.07	西 山▽	789.80
4	円 井	3354.0	松 澤▽	353	瀧 川▽	3600	ヨルク	139.17%	大 町	13.75	菅原琢	13.18	奥 田▽	710.80
5	稲 葉▽	3298.3	山田一	326	池 ▽	3600	児 玉	138.50%	花 澤▽	13.62	寺島美	12.67	菅原琢	608.10
6	上坂昌	2916.0	稲 葉▽	325	鈴木孝	3360	奥 田▽	135.54%	松 崎▽	13.44	松 崎▽	12.20	瀧 川▽	409.00
7	小林毅▽	2781.2	上坂昌	306	稲 葉▽	3000	今井信▽	131.12%	岡 本▽	13.11	花 澤▽	12.10	小林毅▽	381.20
8	奥 田▽	2710.8	原 野▽	303	桜 井▽	2750	笠 原▽	126.37%	大 島▽	12.53	大 町	11.70	宇佐俊	305.90
9	大 島▽	2458.1	西 山▽	301	小林毅▽	2400	西 山▽	121.94%	寺島美	12.34	藤 平	11.53	稲 葉▽	298.30
10	鈴木孝	2457.2	小林毅▽	300	大 島▽	2400	宇佐俊	120.39%	藤 平	12.00	宇野浩	11.23	藤 平	126.00
11	原 野▽	2216.0	瀧 川▽	285	松 崎▽	2400	松 山	117.03%	円 井	11.72	宇佐俊	11.15	今井信▽	113.90
12	松 崎▽	2195.4	鈴木雄▽	283	奥 田▽	2000	小林毅▽	115.88%	宇野浩	11.55	田中正	11.01	松 山	110.70
13	菅原琢	2108.1	奥 田▽	278	松 澤▽	2000	瀧 川▽	111.36%	田中正	11.21	大 島▽	10.92	笠 原▽	79.10
14	池 ▽	1954.3	角 岡▽	269	田中正	2000	藤 平	110.50%	上坂昌	11.13	稲 葉▽	10.15	児 玉	77.00
15	角 岡▽	1865.3	小林亜▽	237	新田見▽	2000	稲 葉▽	109.94%	内 海▽	10.82	奥 田▽	9.75	角 岡▽	65.30
16	宇佐俊	1805.9	大 島▽	225	角 岡▽	1800	星野健	106.76%	ヨルク	10.00	池 ▽	9.58	山田一	62.60
17	鈴木雄▽	1711.0	新田見▽	211	小林亜▽	1800	山田一	105.22%	角 岡▽	9.49	上坂昌	9.53	大 島▽	58.10
18	松 澤▽	1620.0	平	205	鈴木雄▽	1700	岡 本▽	104.26%	小林毅▽	9.32	円 井	9.29	ヨルク	47.00
19	桜 井▽	1565.3	池 ▽	204	上坂昌	1500	角 岡▽	103.63%	宇佐俊	9.18	小林毅▽	9.27	岡 本▽	42.60
20	田中正	1530.0	桜 井▽	187	菅原琢	1500	宇野浩	103.27%	奥 田▽	8.89	星野健	8.47	星野健	33.80
21	小林亜▽	1441.0	松 崎▽	180	宇佐俊	1500	大 島▽	102.42%	稲 葉▽	7.98	桜 井▽	8.37	宇野浩	32.70
22	藤 平	1326.0	岡 本▽	177	内 海▽	1500	鈴木恒	101.80%	池 ▽	7.86	三 野	8.35	鈴木恒	18.00
23	新田見▽	1291.1	中 野▽	173	原 野▽	1200	鈴木雄▽	100.65%	小林亜▽	7.73	笠 原▽	8.07	鈴木雄▽	11.00
24	山田一	1262.6	平 島▽	168	藤 平	1200	花 澤▽	97.58%	三 野	7.60	伊 東▽	7.57	三 宅	-42.00
25	岡 本▽	1042.6	宇佐俊	162	山田一	1200	三 宅	94.75%	菅原琢	7.36	内 海▽	7.48	伊 東▽	-47.10
26	宇野浩	1032.7	豊 島▽	161	平 島▽	1200	伊 東▽	92.15%	星野健	7.36	原 野▽	7.31	高 尾▽	-63.50
27	鈴木恒	1018.0	菅原琢	160	木村佳▽	1200	松 崎▽	91.47%	笠 原▽	7.15	ヨルク	6.96	大 塚▽	-73.00
28	内 海▽	1001.7	松 山	158	荒 井	1200	大 塚▽	87.83%	豊 島▽	7.04	角 岡▽	6.93	酒井か▽	-95.90
29	平 島▽	959.9	田中正	139	中 野▽	1200	寺島美	87.09%	木村佳▽	6.73	木村佳▽	6.90	大 町	-96.90
30	木村佳▽	890.5	鈴木孝	138	豊 島▽	1100	酒井か▽	84.02%	桜 井▽	6.62	荒 井	6.64	寺島美	-103.30
31	豊 島▽	861.4	内 海▽	134	岡 本▽	1000	大 町	83.85%	鈴木雄▽	6.27	三 宅	6.59	花 澤▽	-108.90
32	荒 井	796.8	木村佳▽	129	宇野浩	1000	松 澤▽	81.00%	荒 井	6.20	新田見▽	6.12	高橋厚	-115.20
33	松 山	760.7	荒 井	120	鈴木恒	1000	小林亜▽	80.06%	原 野▽	6.14	小林亜▽	6.08	松 崎▽	-204.63
34	三 宅	758.0	今井信▽	119	三 野	1000	平 島▽	79.99%	細 谷▽	5.80	鈴木雄▽	6.05	鈴木規	-208.80
35	寺島美	696.7	大 塚▽	116	細 谷▽	1000	円 井	79.86%	三 宅	5.35	岡 本▽	5.89	平	-222.50
36	平	577.5	藤 平	115	三 宅	800	豊 島▽	78.31%	酒井克▽	5.00	平 島▽	5.71	豊 島▽	-238.60
37	伊 東▽	552.9	三 宅	115	寺島美	800	田中正	76.50%	平 島▽	4.97	細 谷▽	5.49	平 島▽	-240.10
38	中 野▽	538.8	酒井か▽	115	平	800	木村佳▽	74.21%	松 山	4.85	豊 島▽	5.35	小比賀▽	-281.30
39	星野健	533.8	宇野浩	92	酒井克▽	700	鈴木孝	73.13%	新田見▽	4.09	松 山	4.81	木村佳▽	-309.50
40	大 塚▽	527.0	児 玉	90	松 山	650	平	72.19%	松 澤▽	4.03	松 澤▽	4.59	小林亜▽	-359.00
41	酒井か▽	504.1	伊 東▽	73	伊 東▽	600	内 海▽	66.78%	酒井か▽	4.03	大 塚▽	4.54	松 澤▽	-380.00
42	大 町	503.1	星野健	63	大 塚▽	600	荒 井	66.40%	今井信▽	4.03	酒井克▽	4.45	荒 井	-403.20
43	今井信▽	479.9	細 谷▽	61	酒井か▽	600	新田見▽	64.56%	大 塚▽	4.00	酒井か▽	4.38	田中正	-470.00
44	笠 原▽	379.1	鈴木規	59	大 町	600	桜 井▽	56.92%	山田一	3.79	小比賀▽	4.29	酒井克▽	-482.00
45	三 野	367.4	寺島美	55	星野健	500	池 ▽	54.29%	児 玉	3.43	今井信▽	4.03	内 海▽	-498.30
46	細 谷▽	335.1	小比賀▽	51	小比賀▽	500	中 野▽	44.90%	中 野▽	2.88	山田一	3.87	鈴木博	-500.00
47	児 玉	277.0	酒井克▽	49	鈴木博	500	小比賀▽	43.74%	鈴木恒	2.77	中 野▽	3.11	三 野	-632.60
48	小比賀▽	218.7	笠 原▽	47	今井信▽	366	高橋厚	42.40%	平	2.25	児 玉	3.08	中 野▽	-661.20
49	酒井克▽	218.0	三 野	44	鈴木規	360	鈴木規	42.00%	高橋厚	2.10	高橋厚	2.83	細 谷▽	-664.90
50	ヨルク	167.0	大 町	43	笠 原▽	300	三 野	36.74%	伊 東▽	1.75	平	2.82	新田見▽	-708.90
51	鈴木規	151.2	高橋厚	30	児 玉	200	高 尾▽	36.50%	鈴木規	1.51	鈴木恒	2.79	円 井	-846.00
52	高橋厚	84.8	ヨルク	24	高橋厚	200	細 谷▽	33.51%	高 尾▽	0.90	鈴木規	2.56	鈴木孝	-902.80
53	高 尾▽	36.5	高 尾▽	23	ヨルク	120	酒井克▽	31.14%	小比賀▽	0.00	高 尾▽	1.59	桜 井▽	-1184.70
54	鈴木博	0.0	鈴木博	0	高 尾▽	100	鈴木博	0.00%	鈴木博	0.00	鈴木博	0.00	池 ▽	-1645.70
55														
56														
57														
58														
59														
60														
61														
62														
63														
64														
65														
66														