

## 事業開催報告書

事業名	<b>ぐんまマラソン公認イベント「ランニング・クリニック」</b>		
開催日	平成28年10月23日(日)	会場	正田醤油スタジアム群馬
天候	晴れ時々曇り(最大風速6m/s)	参加者数	50名
開催趣旨 (イベントの全体として)	<p>「ぐんまマラソン大会の開催を通じた大会・地域力の質的向上」</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・プレイベント開催を通じて、ランニング文化の醸成と裾野拡大を図る</li> <li>・イベントを通じて他県へぐんまの魅力を発信、地域産業の発展と振興に寄与</li> <li>・大会プレゼンスの向上(他県参加者(h27年度 全体参加者の3割 約 4,500名)の増加による観光振興)</li> </ul>		
ねらい	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ぐんまマラソン参加者募集の広報として(募集開始時期の実施で広くPR)</li> <li>・フルマラソン参加予備軍の発掘・支援</li> </ul>		
主催	敷島パークマネジメントJV		
共催	FM GUNMA		
協力	株式会社タニタヘルスリンク、スポーツキッズアカデミー		
後援	ぐんまマラソン実行委員会、株式会社 上毛新聞社		
コース ／参加費	<p>レギュラーコース:14名／2,500円          プラスオプションコース:8名／3,000円          ぐんまマラソン×FM GUNMA 直前練習会:32名／無料</p>		
概要	<p><b>【ランニング・コンディショニング講座】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■時間：11:00～12:00</li> <li>■講師：富岡 大地(スポーツキッズアカデミー)</li> <li>■内容：総合的なコンディショニング(神経-筋、関節、メンタル、内臓リカバリー)</li> </ul> <p style="text-align: center;">＜実施状況＞</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;">    </div> <p><b>【ぐんまマラソン×FM GUNMA】</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>■時間：12:15～13:45</li> <li>■運営：FM GUNMA、NPO 法人上州アスリートクラブ</li> <li>■内容：グループ別ペースランニング、質問コーナー</li> </ul>		

<実施状況>



【ランニング・コンディショニング講座】

- 時 間 : 14:00~15:00
- 講 師 : 富岡 大地(スポーツキッズアカデミー)
- 会 場 : 雨天練習場(屋外強風につき変更)
- 内 容 : 総合的なコンディショニング(神経-筋、関節、メンタル、内臓リカバリー)

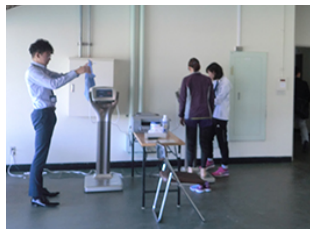
<実施状況>



【個別カウンセリング】

- 時 間 : 11:00~12:00
- 講 師 : 塚越理恵子(株式会社タニタヘルスリンク)
- 会 場 : 役員室
- 内 容 : 体組成計測定結果から、日々の食事や運動についてのワンポイントアドバイスを実施

<実施状況>

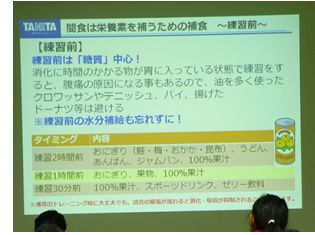


【健康セミナー】

- 時 間 : 15:15~16:15
- 講 師 : 塚越理恵子(株式会社タニタヘルスリンク)
- 会 場 : 会議室
- 内 容 : 公認スポーツ栄養士による、マラソンに向けた食生活面でのポイント等の講義



<実施状況>



【開催報告掲載】

2016年 (平成28年) 10月24日(月曜日) 社 会 (20)

## ぐんまマラソン前にクリニック

# 本番備え心身チェック

### 前橋 筋肉の使い方学ぶ

来月3日に開かれる「ぐんまマラソン」に備えてもらおうと、心身の状態を調べる「ランニング・クリニック」が23日、前橋市の正田醤油スタジアム群馬で開催された。大会参加を予定するマラソン愛好者ら50人がトレーナーの助言に耳を傾け、筋肉量や体脂肪を計測して本番に備えた。

岡大地さんが筋肉や関節の適切な使い方、ストレッチの方法を実技を交えて指導。健康増進事業を行うタニタヘルスリンク(本社・東京)による健康セミナー、筋肉量や脂肪量を計る体組成計測など、多様なプログラムが用意され、参加者が体のコンディションを確認した。

クリニックは県立敷島公園を指定管理する敷島パークマネジメントJVが昨年到现在に続いて実施。今回は公認イベントとして開いた。

ぐんまマラソンは昨年までの「ぐんま県民マラソン」を改称して開催する。同スタジアムを発着点に、フルマラソン、10キロ、リバーサイドジョギング(約4.2キロ)の各部門で行われる。ゲストラランナーは五輪で2度メダルを獲得したエリック・ワイナイナさんら。県、前橋市、高崎市、群馬陸上競技協会、上毛新聞社が主催。

富岡さんの指導で筋肉の使い方を学ぶ参加者

上毛新聞 10月24日掲載

新聞掲載