

こころを動かすスポーツ。

XEBIO GROUP
ゼビオグループ



2013年 2月 8日

報道機関各位

NEWS RELEASE

ゼビオ株式会社

60歳以上のシニア世代の健康セカンドライフを応援 ～アクティブシニア ランニングクリニック～ 開講のご案内

この度、ゼビオ株式会社が運営するランニングクラブ「Running United (ランニングユナイテッド)」では、60歳以上の方を対象とした～アクティブシニアランニングクリニック～を開講いたします。

近年、団塊の世代の高齢化に伴う高齢者の人口が増加しており、2012年10月の総務省統計局のレポートによると、日本の65歳以上の人口は3,074万人に達しており、前回調査より102万人増加。総人口に占める割合は24.1%で過去最高に達しています。また、自由時間に何らかのスポーツを行っている高齢者が1,419万人で約半分を占め、ランニングを趣味としている方は65歳～69歳で4.1%ですが、約25年前と比較すると2倍に増えており、シニア層の健康意識の高まり、またランニングブームがシニア層にも訪れていることが読み取れます。

そこで、Running Unitedでは、健康志向の高い60歳以上の方を対象に、正しいランニングフォームやご自身でもできる簡単トレーニング法をお伝えし、より一層の健康的なセカンドライフの継続を支援するため、アクティブシニア向けランニングクリニックを開講いたします。「健康のために何か新しいことを始めたい。」「体にやさしく、そして無理なくスポーツをしてみたい。」「ランニングを始めてみたが、正しい走り方がわからない。」「スポーツを一緒にする仲間が欲しい。」「スポーツグッズの選び方がわからない。」「そんな声に丁寧にお応えできるクリニックです。

当日は、ニューモード陸上クラブ理事であり、日本体育協会公認アスレティックトレーナーの田子政昌氏を講師としてお迎えいたします。「正しい走り方を身につけることでケガを未然に防ぎ長く運動を楽しめる」という考えのもと、市民ランナーへのトレーニング講師として数多くのレッスンを開催している講師です。

また、第1回の今回は近畿日本ツーリスト株式会社のご協力により、ご参加者の中から10名様に、抽選で第1回グアムインターナショナルマラソンのエントリー枠をプレゼントいたします。日本から約3時間の距離であり、シニア世代にも人気が高い南国グアムでの大会参加を目標に、新しくランニングを始められるアクティブシニアの皆さまのご参加お待ちしております。

詳細はRunning United ホームページ(<http://running.x-united.jp/>) をご覧ください。

記

■イベント名称：「RunU Presents アクティブシニアランニングクリニック」

■開催日時 第1回 2月25日(月) 10:00～12:00 「正しい基本動作の習得」
第2回 3月1日(金) 10:00～12:00 「トレーニングのバリエーション紹介」

■開催場所 XSPOT (クロススポット) 神奈川県横浜市港北区小机町3302-5 新横浜公園内 日産スタジアム横

■参加費用 無料

■協力 近畿日本ツーリスト株式会社

こころを動かすスポーツ。

XEBIO GROUP ゼビオグループ



【ランニングユナイテッドとは】

ランニングユナイテッドは広く世の中にランニングをする機会を広めたいという思いのもと、設立したランニングクラブです。ランナー同士が出会い、ランニングライフがより楽しくなる機会を提供するべく、「ランニング情報の配信」「ランニングイベントの開催」「ランニング仲間とのコミュニケーション」などのサービスを展開しております。

<http://running.x-united.jp/>

【XSPOTとは】

ゼビオ株式会社が運営する新しいスポーツコミュニケーション施設。提携メーカーのスポーツウェアやスポーツ用品が無料で借りることができ、新横浜公園内でスポーツを楽しむことが出来る。

<http://www.xspot.jp/>

【講師プロフィール】

ニューモード陸上クラブ理事 日本体育協会公認アスレティックトレーナー 田子政晶

神奈川県相模原市出身。日本体育協会公認アスレティックトレーナー。トレーナーとして初心者からアスリートまで対応するトレーニング指導を行っている。「正しい走り方を身につけることでケガを未然に防ぎ長く運動を楽しめる」という考えのもと、市民ランナーへのトレーニング講師として数多くのレッスンを開いている。現在はNPO法人ニューモード陸上クラブの理事として、スポーツイベントを企画・運営する傍ら、現役実業団陸上選手のアスレティックトレーナーとして子供から大人に正しい走り方を指導している。



【第1回グアムインターナショナルマラソン】

グアムで初めての本格的なIAAF公認のマラソンレースとして、「第1回グアムインターナショナルマラソン」が開催されます。グアム政府観光局、パシフィック・アイランド・クラブ・グアム、ユナイテッド航空の協賛のもと、グアム島を挙げて大々的に開催されるこのイベントは、フルマラソン・ハーフマラソン・10kmラン・5kmランの4種目からなり、ランナーのレベルや経験に合わせてご参加いただける設定になっています。比較的フラットなコースで、コース途中の多くのポイントは海沿いの道を走るオーシャンコースです。

日本から飛行機でわずか3時間30分程度、時差もたったの1時間ですので、コンディションの調整も簡単なことも人気のひとつとなっております。

【主催】 グアムインターナショナルマラソン実行委員会

【特別協賛】 グアム政府観光局・パシフィックアイランドクラブグアム

【協賛】 ユナイテッド航空

【開催日時】 2013年4月7日

【競技種目】 マラソン、ハーフマラソン、10kmラン、5kmラン（全種目男女別）