



NEWS RELEASE

報道関係者各位

2026年2月4日
株式会社ラスイート

うめきた温泉 蓮 Wellbeing Park

2/11 日本スポーツ協会公認陸上競技コーチ 1 によるランニングコンディショニング体験会開催
「大阪マラソンまで2週間! 【RUN×温浴×食事×ケア】本番前の身体リセット体験会」

RUN × 温浴 × 食事 × ケア

大阪マラソンまで2週間! 本番前の身体リセット体験会

「ちゃんとケアできている」という安心感が、次の一歩につながります。



2月11日(水・祝)

8:30~12:30

定員:29名

参加費:1名 4,182 (4,600)

基本セット入館料+イベント参加+特典

※上記は日本円での表示価格です。※()内は税込価格です。

参加者特典



電動マッサージブース
30分無料利用可能!



万選・水選での昼食付き
・うめきた蓮のお米ローディングどん
・シマアブレークの天童と南無風情の丼ぶり



パワープロダクション
エキストラアミノアシッド(1日分)
サンプルをプレゼント!

「うめきた温泉 蓮 Wellbeing Park」(総支配人:藤立 達哉、所在地:大阪市)は、2026年2月11日に、日本スポーツ協会公認陸上競技コーチ 1 である山口 雄也氏によるランニングイベントを開催することをお知らせします。

大阪マラソンまで2週間となるタイミングで、マラソンランナーが『本番を安心して迎えるため』のコンディショニング体験会です。ランニングコーチ山口 雄也氏によるアドバイスはもちろんのこと、温泉を使ったリカバリー方法、走る前後に気をつけたい食事、睡眠のコツ、簡単なセルフケアまで、難しい知識は使わず、すぐ実践できる内容をお伝えします。速く走るための特別な練習ではなく、疲れを残さない体の使い方・回復の仕方・整え方を、実際に体験しながら学んでいきます。ラン・ケア・温泉・食事までを一つの流れで体験できる、これまでにない内容です。

大阪マラソンに参加予定の方はもちろん、マラソンに取り組んでいる方に幅広くご参加いただけます。この機会に自分の走りやコンディショニングについて見つめなおしてみませんか。

関連 URL : <https://umekita-onsen.jp/event/0csaceinjryb>

<【RUN×温浴×食事×ケア】本番前の身体リセット体験会について>

日時	2026年2月11日(水・祝) 9:00～12:30
場所	うめきた温泉 蓮 Wellbeing Park
金額	4,600 円 ※入館料、イベント参加料、各種特典、消費税を含みます。
内容	9:00 集合 9:20 ランセッション 10:30 ストレッチ&温泉プログラム説明 10:45 入浴 11:35 座学&体験タイム 12:00 ランチ（懇親会） 12:30 自由解散
特典	<ul style="list-style-type: none"> ・イベント当日のうめきた温泉 蓮 Wellbeing Park 入館料込み ・ウェルカムドリンク 1 杯無料 ・電動マッサージブース 30 分無料 ※通常 30 分 330 円 ・江崎グリコのパワープロダクションエキストラアミノアシッド サンプルプレゼント
予約方法	https://moshicom.com/140145 ※予約受付〆切：2026年2月8日(日)
備考	・イベント前後は自由行動となります。当日の施設の営業時間は 6:00～24:30 です。再入館はできません。

<山口 雄也氏について>



ランニングエンターテインメント合同会社 代表
健康運動実践指導者
JSPO(日本スポーツ協会)公認陸上競技コーチ 1

小・中学生～マラソン大会を目指す大人まで、幅広く指導しています。
走力は同じでも、抱える問題は異なります。「個性」を重要視し、1 人
ひとりにあった指導を心がけています。

<うめきた温泉 蓮 Wellbeing Park について>

ウェルネス・ウェルビーイングをコンセプトとする健康増進施設。温浴・運動・食事・メディテーション・美容を 5 つのテーマとし、2015 年開業の「神戸みなと温泉 蓮」の経営・運営のノウハウを生かしつつ、最先端技術を導入し、5 つのテーマに基づいた多彩なサービスを組み合わせ、個々のお客様に最適な体験を提供いたします。グラングリーン大阪 ショップ&レストラン南館 3 階・4 階に 2025 年 3 月 21 日開業。2025 年 8 月 4 日、厚生労働大臣より大阪市初の「温泉利用型健康増進施設」に認定。2025 年 10 月 31 日、「運動型健康増進施設」に認定され、大阪府初、西日本では姉妹施設である「神戸みなと温泉 蓮」に続く 2 施設目の W 認定施設となりました。2026 年 1 月 20 日に厚生労働省より「指定運動療法施設」に指定。健康でウェルビーイングな生活をサポートしています。

公式 HP : <https://umekita-onsen.jp>

《本件に関するお問い合わせ》 株式会社ラスイート 企画広報部 向井 尚子 (MUKAI Shoko)
TEL : 06-6377-7777 FAX : 06-6377-7677 E-mail : info.umekita@ren-spa.jp