



健康ゆるゆるトライアスロン in七ヶ浜 報告書

実施日程:2023年7月19日(水)

概要

イベント名称	健康ゆるゆるトライアスロン in七ヶ浜
開催日時	2023年7月19日(水) 9:00~12:00
主催	日本トライアスロン連合
会場	七ヶ浜町アクアアリーナ フィットネスプール・トレーニングルーム・体育館 (宮城県宮城郡七ヶ浜町吉田浜字野山5-1)
参加対象	七ヶ浜町住民の皆さま、七ヶ浜大会に協賛・協力する企業の皆さま
参加費	無料
講師	関根 明子 / JTU理事 ・ シドニー2000・アテネ2004 オリンピック トライアスロン日本代表 ・ 2001・2004 日本トライアスロン選手権 優勝 古代 眞琴 ・ 一般社団法人顔面体操協会 顔面体操伝道師
内容	健康ゆるゆるトライアスロン体験 *トライアスロンの動きを活かしたゆるゆる運動+顔面体操とのコラボレーションプログラム
主旨	七ヶ浜町がめざす、「健幸で生きがいを持つまちづくり」の実現に向け、七ヶ浜町、健康スポーツであるトライアスロンが連携し、運動習慣・生活習慣を改善するプログラム「健康ゆるゆるトライアスロン*」に取り組みます。この度、みやぎ国際トライアスロン仙台バイセツ七ヶ浜大会の付帯事業として、地域住民の意識・行動変容に向けた1DAYイベントを実施します。 今回は「顔面体操」を通じて、地域住民の心身の健全育成と地域の活性化、多様な豊かさを創出することを目的とする「顔面体操協会」と連携した、特別プログラムです。 * 通常のトライアスロン大会では、3種目を約3時間で行うところ、「ゆるゆる~」では複数の日に分けて3種目の動きを活かした運動を行います。「泳ぐ、漕ぐ、走る」というトライアスロンの3種類の動きを活かし、自分のペースでトライアスロンを楽しんでほしいという思いで、「ゆるゆるトライアスロン」と表現しています。
開催案内	https://www.jtu.or.jp/news/2023/07/11/52617/

実施風景



リリース:開催告知・報告



Triathlon Japan (公社) 日本トライアスロン連合

7月19日 · 🌐

#健康ゆるゆるトライアスロン in七ヶ浜開催👏

7月2日に開催された「第29回みやぎ国際トライアスロン仙台ベイ七ヶ浜大会」の関連事業として、地域住民の意識・行動変容に向けた1DAYイベント「健康ゆるゆるトライアスロン」を実施📍

「泳ぐ、漕ぐ、走る」というトライアスロンの3種類の動きを活かし、七ヶ浜町がめざす「健幸で生きがいを持つまちづくり」の実現に向けた運動プログラムを行いました👏

参加者の皆さんからは、「とても楽しかったです👏 また是非参加したい!!」などの嬉しいお声をいただきました🎵

ご参加ありがとうございました🙏

<https://www.jtu.or.jp/news/2023/07/11/52617/>

[#トライアスロン社会貢献事業 #NTT東日本]



JAPAN TRIATHLON UNION

English



NTT東日本

Events ▾ Entry ▾ Results ▾ Athletes ▾ Rankings ▾ News ▾ Multimedia ▾ Competition & Other Info

日本トライアスロン連合トップ > ニュース / News > 「健康ゆるゆるトライアスロン」 in七ヶ浜 開催案内

「健康ゆるゆるトライアスロン」 in七ヶ浜 開催案内

2023年7月11日 (火)

SHARE: 🌐 🐦 📷

日本トライアスロン連合は、7月2日に開催された「第29回みやぎ国際トライアスロン仙台ベイ七ヶ浜大会」の関連事業として、地域住民の意識・行動変容に向けた1DAYイベント「健康ゆるゆるトライアスロン」を実施します。

「泳ぐ、漕ぐ、走る」というトライアスロンの3種類の動きを活かし、七ヶ浜町がめざす「健幸で生きがいを持



Triathlon Japan / 日本トライアスロン連合

@Triathlon_Japan

#健康ゆるゆるトライアスロン in七ヶ浜開催👏

「泳ぐ、漕ぐ、走る」というトライアスロンの3種類の動きを活かし、七ヶ浜町がめざす「健幸で生きがいを持つまちづくり」の実現に向けた運動プログラムを行いました👏

詳細👉 [jtu.or.jp/news/2023/07/11/52617/](https://www.jtu.or.jp/news/2023/07/11/52617/)

[#トライアスロン社会貢献事業 #NTT東日本]

