

2022年4月1日発売

ランニングの世界 27

特集 多彩なるシニアランナーたち

山西哲郎 責任編集 A5判並製 本文128ページ
定価1,320円(本体1,200円+税10%) ISBN978-4-86413-159-9



【目次】

[グラビア] フランスで走る、フランスを走る —フランスからのランニング便り—	長谷川 洋
[巻頭言] ランニングブームは高齢者から始まった	山西哲郎
[対談] 大島幸夫×山西哲郎 いろんな走り方があっていい 市民協走のランニング文化を創る	
高齢者とランニング文化	渡部 憲一
シニアランナーの筋肉トレーニングの 必要性和実践法	山地啓司
中高年のランニング	小嵐正治
走れるって素晴らしい!	松本賢治
マラソン——12の徳目	福田玲三
夢を追いかけたら世界一に	弓削田真理子
物語を紡ぐ走り ジャーニーラン!	三輪主彦
老いるランナー	山西哲郎
Carpe Viam ~その道を走る	村松達也
老人老いやすく走なり難し ~故障とのおつきあい	八塚英嗣

これからも走り続けたい	伊澤忠支
シニアは新しい	近藤千津子
シニアランナーになったのが 初めてのランナー	岡田 寛
生涯、能天気ランナーです	福岡直樹
走り続けています	丹代政俊
いつまでも走りたいが最後は歩きでもいい	白鳥一貴
人生後半戦のランニング	間 むつみ
ランニングがくれた彩りに感謝!	山本洋司
45歳を過ぎて始めたランニング	岡本隆之
「シニアランナーの思い出」と 「これからのランニング」	坂本 章
生活の中で幸せの川を走る	北島政明
日本マラソン界の始動期における歴史を振り返る (後編) 「大阪—東京 400 マイル・マラソン大競走大会」 《1929 (昭和4) 年》の内容と記録	岡尾恵市
コロナよ収まれシリーズ 12 作品に 込められた私の思い	野口智子
シニアランナーは意気軒昂!	福田由実

「ランニングの世界」バックナンバーのご案内

第14~21号: 定価1,760円(本体1,600円+税10%) 第22~26号: 定価1,320円(本体1,200円+税10%)

第14号 特集: センス・オブ・ランニング	第21号 特集: 楽しきかなマラニック
第15号 特集: 走る道を拓く	第22号 特集: 私にふさわしい走り方を創る
第16号 特集: いかに走るか	第23号 特集: 走る楽しさ、走る喜び
第17号 特集: ランニングと社会貢献	第24号 特集: ランニングライフ
第18号 特集: トレイルランニング再考	第25号 特集: LSD再考
第19号 特集: みんなで創る市民ランニング大会	第26号 特集: 明日に向かって走れ! ~コロナ禍のランナー達
第20号 特集: 走り続けた私たちの10年	

創文企画

〒101-0061 東京都千代田区神田三崎町3-10-16 田島ビル2F
TEL: 03-6261-2855 FAX: 03-6261-2856 <http://www.soubun-kikaku.co.jp>

書店、Amazon、Fujisan マガジンサービス等でご注文いただくか、弊社まで直接ご注文ください。