

いつまでも健康に動ける
体でいるために

事前予約不要
参加無料

日時

会場

2024年11月16日（土） イーストプラザ
開演14：00～
（開場13：30） いこまい館 多目的室A
東郷町春木西羽根穴2225-4

プログラム

『何故そこまで
走り続けられるのか』

講師
稲田 弘
ギネス認定世界最高齢
トライアスリート



講師プロフィール
2002年（70歳）でトライアスロンに初挑戦
2012年（80歳）にアイアンマン世界チャンピオンとなる
2016年（84歳）再びアイアンマン世界チャンピオンとなる（当時のギネス記録）
2023年石垣島トライアスロン大会エイジ優勝（DIV90-94）

『高齢者の運動指導で
注意していること、
チャレンジし続ける
ために必要なこと』

講師
山本 淳一
トライアスリート、コーチ



講師プロフィール
1993年トライアスロンデビュー
・アジア選手権出場（10年連続）
・世界選手権出場（12大会）
・2001年日本ランキング1位
・2005年アジア選手権 優勝
・2019年エイジ世界選手権 優勝
・2023年エイジ世界選手権 優勝
・2023年エイジ日本選手権 優勝

【主催】 東名古屋東郷町医師会

お問合せ先

東郷町役場
こども未来部 こども健康課

☎ 0561-37-5813