競歩式ウォーキング

～競歩に学ぶ健康ウォーキング～

「競歩選手としての視点から
健康のためのウォーキングを見つめています」

【　講　師　】

明石　顕　（東大クラブ所属）

【 プロフィール 】

大学入学後、長距離選手から競歩に転向。
１年余りで学生トップクラスの選手に成長。
その後、実業団、クラブチームで国内外の大会に出場し、
日本を代表する選手として活躍している。

2002 年　ワールドカップ競歩 50㎞ 競歩に出場。44 位に入る。
2005 年　ヘルシンキ世界陸上男子５０㎞ 競歩に出場。
3 時間 59 分 35 秒の記録をマークし 15 位に入った。
2007 年　大阪世界陸上男子 50㎞ 競歩出場。
日本人最高の 16 位。