

## スポーツ医・科学の力で楽しく走力アップ！

～京都トレーニングセンター(KTC)でランナー支援プログラムを初開催～

- 京都府では、南丹地域をフィールドとしてスポーツ・ウェルネス分野での新産業の創出に取り組んでおり、スタートアップ企業等との連携を進めています。
- この取組の一環として、京都丹波ロードレースと連携したスポーツ&ウェルネスイベント（第1弾）を開催しますので、参加者募集の周知をお願いします。

### 1. KTCアカデミー【ランニングクリニック編】

京都トレーニングセンターが有するスポーツ医・科学的の知見を活かしたトレーニングやコンディショニング、スポーツメンタル、スポーツ栄養などの座学と実技により、ランナーそれぞれの自己目標実現をサポートすることで、走ること（運動すること）の楽しさや自己成長、達成感を感じていただく機会を提供します。

#### (1) 対象者

ランニングに興味がある方（初心者大歓迎）

#### (2) 日時（予定）

第1回…令和6年 9月29日（日）9:30～12:00

第2回…令和6年10月13日（日）9:30～12:00

第3回…令和6年10月27日（日）9:30～12:00

ランニング・ジョギングに必要なスポーツ医・科学に関する講義の後、走り方やストレッチ等の実技を行います。※講義内容は毎回変わります。

#### (3) 場所

京都トレーニングセンター、丹波自然運動公園内（京丹波町曾根崩下代110-7）

#### (4) 参加費等

各回 1,500円/人、先着20名

#### (5) 申込期間

各回とも9月5日～開催日の3日前まで ※各回定員に達した時点で受付終了

#### (6) 申込方法

京都丹波ロードレーススポーツ&ウェルネスイベント特設HPから申込 (<https://ktc-tambarr-plus.jimdosite.com/>)



### 2. KTCアカデミー【汗乳酸測定\*モニター編】

マラソンランナーの運動パフォーマンスやモチベーションの向上を目的に、運動中の汗に含まれる乳酸濃度をリアルタイムで測定できる機器を用いて、スポーツ医・科学スタッフから、参加者個人の最適なランニングスピードをフィードバックいたします。

#### (1) 対象者

ランニングに興味がある方からランニング上級者まで、どなたでも

#### (2) 日時（予定）

令和6年10月6日（日）、10月19日（土）、10月26日（土）

全日9:30～16:45（1枠：約1時間15分、計15枠）

（次頁あり）

(3) 場 所

京都トレーニングセンター 体力測定室

(4) 参加費等

5,200 円/人、15 名（京都丹波ロードレース参加予定者を優先）

(5) 募集期間

各回とも 9 月 5 日～開催日の 3 日前まで※定員に達した時点で受付終了

(6) 申込方法

京都丹波ロードレーススポーツ&ウェルネスイベント特設HP  
から申込 (<https://ktc-tambarr-plus.jimdosite.com/>)



(※) 汗乳酸測定技術について

東京のスタートアップ企業が開発した小型・軽量・非侵襲の汗中乳酸計測ウェアラブルデバイスにより、筋肉への負荷量を示す「乳酸」の濃度を、運動をしている最中に連続的かつリアルタイムに見ることができます。乳酸濃度の測定は、血中から行うこと（侵襲式）が通常でしたが、血中と汗中の乳酸濃度は近似した推移を示すため、このデバイスの活用により非侵襲的かつ継続的な組織酸素代謝のモニタリングが実現します。

<参考>産業創造リーディングゾーン「ヘルス・スポーツ産業」について

京都府総合計画では、地域の特色を生かした新産業創出の拠点である「産業創造リーディングゾーン」を府内各地で構築することを目指し、特に南丹地域においては、スポーツ&ウェルネス（心と体の健康）、フードテック産業等をテーマに、オープンイノベーションの拠点づくりと多様な企業施設の集積（立地・誘致）を図るため、企業交流会や実証事業を展開しています。

**【本報道発表に関するお問合せ】**

総合政策環境部地域政策室 室 長 北村 TEL 075-414-4380  
企画参事 万所 TEL 075-414-4381

