

# 『私とスポーツ』

— 健康・陸上競技・オリンピック —

100m日本記録保持者、元オリンピック陸上競技日本代表選手の伊東浩司先生に、オリンピック出場の経験談やスポーツと健康についてお話いただきます。

いとう こうじ  
講師 **伊東 浩司 氏**

(甲南大学 スポーツ・健康科学教育研究センター准教授)



## 講師紹介

1970年 兵庫県神戸市生まれ  
1985年 中学3年で出場したジュニアオリンピックにて400mで優勝  
1987年 400mでジュニア日本新記録を樹立  
1992年 東海大学を卒業し富士通に入社  
バルセロナオリンピック出場  
1996年 アトランタオリンピック出場  
1998年 アジア大会100m準決勝で日本新記録を樹立  
2000年 シドニーオリンピック出場  
2001年 富士通退社後、甲南大学スポーツ・健康科学教育研究センター専任講師に就任  
2005年 甲南大学スポーツ・健康科学教育研究センター准教授に就任

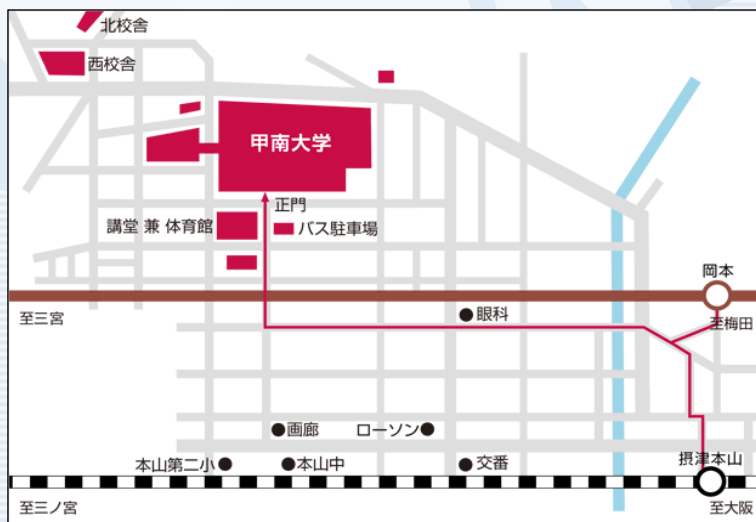
## 著書

『疾風になりたい』(出版芸術社、2003)  
『最強ランナーの法則』(MCプレス、2006)  
『DVD 日本人に適した最速の走り方』(西東社、2008)  
『DVD 小・中学生のための 走り方パイブル1・2』(カンゼン、2008・2010)  
『DVD ストライドを効果的に拡げるスプリント走法』(ジャパンライム、2008)  
『最強ランナーの法則 新版』(毎日コミュニケーションズ、2009)

甲南大学総合研究所では、下記のとおり定例の公開講演会を開催致しますのでぜひご来場下さい。

◆ 日時 ◆ 平成23年7月23日(土) 13:30~15:00

◆ 場所 ◆ 甲南大学1号館 3階 132講義室



## ★会場までの交通手段★

阪急神戸線岡本駅、またはJR神戸線摂津本山駅より北西徒歩10分。なお、駐車場設備はございませんのでお車でのご来場はご遠慮ください。

**参加申込み不要・入場無料**

 **甲南大学総合研究所**

〒658-8501 神戸市東灘区岡本8-9-1  
電話 (078) 435-2331(ダイヤルイン)