



**NPO法人武庫川スポーツクラブ**  
MUKOGAWA SPORTSCLUB

主な活動  
○ロード記録会:基本的に毎月第2日曜日(1月を除く)  
○月例マラソン:基本的に第3日曜日に開催。参加費500円。※いずれも山手幹線にかかる山手大橋の下の武庫川河川敷  
詳しくは、公式ホームページ  
<http://mukogawa-sc.lolipop.jp/>

INTERVIEW **NPO法人武庫川スポーツクラブ**

**走る仲間が集まって生まれた、市民クラブの先駆け**

兵庫県内の代表的な河川の一つ、武庫川の河川敷は、ランニング、ウォーキング、サイクリングに適した周遊道が整備され、週末には多くの人が汗を流す様子を長年見てきました。

私たち武庫川スポーツクラブも、市民ランナーたちの自発的な集まりからスタートしています。いつも顔を合わせる市民ランナー同士が、挨拶から始まり、少しずつ声を掛け合い、ランニング仲間となりました。38年ほど前のことです。

仲間同士でけがの予防、ランニングフォームの工夫、タイムの向上を目標とし、定期的なロード記録会を行いました。今では、中高生から社会人を中心に80歳代まで、約160人のメンバーとなり、年間5つの市民マラソンを主催しています。

メンバーの中には、大阪国際女子マラソンや箱根駅伝(東京箱根間往復大学駅伝競走)に出場した経験を持つエキスパートランナーもいますので、走るための専門的な知識(ノウハウ)をみなさんと共有し、それぞれのペースで走る楽しさを伝えていきたいと思っています。

走ることは運動の基本で、健康増進にも期待が持てます。ぜひ、一緒にスポーツに親しんでみましょう。

NPO法人武庫川スポーツクラブ副理事長・広報担当/白石裕之さん

**エンジョイ! 甲子園エリアイベント情報**

**芝生でノルディックウォーキング**

2本の専用ポールを使った北欧生まれのウォーキング。年齢問わず始められ、体の負担が軽く効果の高いフィットネスウォーキング、初心者・親子での参加お待ちしております!  
開催日:11/28(土)※電話申込みのみ  
時間:13:30~15:00  
参加費:¥1,000(ポールレンタル別 ¥500)  
場所:リゾ鳴尾浜1Fグリーンプラザ 定員:10名  
申込電話番号:0798-48-9386(鳴尾浜臨海公園南地区公園管理事務所)

**芝生deヨガ**

ふかふかの芝生の上で、海を眺めながら心身ともにリラックス! 身体のかたい方も初心者も無理なく楽しんでください!  
開催日:11/21(土)・12/5(土)※電話申込みのみ  
時間:14:40~16:10  
参加費:中学生以上 ¥500、小学校高学年 ¥250、小学校低学年 無料  
場所:鳴尾浜臨海公園南地区 芝生広場  
対象:小学生以上 申込電話番号:0798-48-9386(鳴尾浜臨海公園南地区公園管理事務所)

**TOPICS 甲子園エンジョイラン**

“聖地”阪神甲子園球場のグラウンドレベルを走ることができる、人気のランニングイベント。昨年まで「甲子園リレーラン」として実施してきましたが、4年目となる今回は、感染症対策の観点から内容を変更しての開催となります。  
開催日:2021/1/9(土)雨天決行・荒天中止  
※定員に達しましたので、参加申込み受付は終了いたしました。  
本イベントは「スポーツを核とした甲子園エリア活性化推進協議会」の事業の一環として開催します。



**「甲子園スタイル」の魅力をSNSで発信!**

武庫川女子大学 健康・スポーツ科学部の学生たちが、甲子園スタイルガイド掲載エリアのグルメや絶景スポットなど、絶対楽しめるオススメ情報を、直接巡りながらレポートしていきます。

Instagram @koshien\_style  
Twitter @koshien\_style  
HP <http://koshien-style.com/>

三井不動産グループ LaLaport KOSHIEEN  
家族で楽しいお食事をらぼーと甲子園で!  
2020 11月6日(金) - 2020 12月25日(金) 月~金曜日の平日限定  
**駐車場 無料**

ジオガーデン西宮 浜甲子園 モデルハウス公開中!  
資料請求受付中!  
無電柱化 全86邸 130㎡超 長期優良住宅 住宅性能評価  
空に広がる開放的な街区 統一された美しいまちなみ ゆとりある敷地面積 認定取得 最高等級を取得 ※6項目  
0120-8984-35 阪急阪神不動産



スポーツのまち甲子園をもっと楽しむ  
**甲子園スタイルガイド vol.1**  
KOSHIEEN STYLE GUIDE

2020 NOV.

自然と味覚を楽しむサイクリングMAP  
武庫川・夙川スイーツと酒蔵ルート  
武庫川スポーツクラブインタビュー



協力 mont-bell

甲子園スタイルガイドは、西宮市、阪神電気鉄道株式会社、三井不動産株式会社の3者を中心に構成する「スポーツを核とした甲子園エリア活性化推進協議会」の協議会事業の一環として発行しています。日常の暮らしにスポーツ・レジャーを取り入れた健康で豊かなライフスタイルを「甲子園スタイル」として提案することで、甲子園エリアを「訪れたい」、「暮らしたい」まちにすることを目指しています。