

きん てつひこ 金 哲彦

1964年北九州市生まれ。中学から陸上競技を始め、早稲田大学入学後、無名ながら1年生で箱根駅伝の5区に抜擢され驚異的な走りを見せた。以降、1985年には同区間で新記録を樹立、早稲田の2連覇に貢献し「山登りの木下」の異名をとる。

1986年リクルートに入社後、ランニングクラブを自ら創設。

マラソンでは、1987年別大マラソン3位、

1989年東京国際マラソン3位など選手として活躍後、

1992年に小出義雄監督率いる同クラブのコーチとなり、

有森裕子など数々のオリンピック選手を指導した。

1995年監督に就任。2002年NPO法人ニッポンランナースを創設、新しいスポーツ文化の構想を推進している。

現在は、プロフェッショナルランニングコーチとして、アスリートから市民ランナーまで幅広く指導。

テレビやラジオの駅伝・マラソン中継の人気解説者としても活躍中。

2011年5月には、トライアスロンに初挑戦し、2時間39分的好成绩で完走。



～主な肩書き～

プロフェッショナルランニングコーチ、駅伝・マラソン解説者、NPO法人ニッポンランナース代表
日本オリンピック委員会強化コーチ、日本体育協会指導者育成専門委員会委員
東京都スポーツ振興審議会委員、千葉県生涯学習審議会委員、早稲田大学スポーツビジネス研究所客員研究員
東京経済大学陸上競技部アドバイザーコーチ、明治乳業VAAMアドバイザー、尾崎商事アドバイザー
東京マラソン財団理事、ちばアクアラインマラソン実行委員、スポーツエージェンシー代表取締役

【主な著書と連載&インターネットサイト】

『ウォーキング&スローラン』（高橋書店）

『体幹ウォーキング』（講談社）

『走る意味～命を救うランニング』（講談社現代新書）

『走る女のランニングメニュー』（講談社）

『ランニングダイエットメソッド』（学研）

『からだが変わる体幹ウォーキング』（平凡社新書）

『今日から始めるウォーキング&ランニング』（PHP研究所）

『マラソン練習法がわかる本』（実業之日本社）

『金哲彦のランニングダイアリー』（講談社）

『マラソン・駅伝素朴な大疑問』（PHP文庫）

『体幹ランニング』（講談社）

『3時間台で完走するマラソン』（光文社新書）

『金哲彦のランニングメソッド』（高橋書店）

『カラダ革命ランニング』（講談社）

毎日新聞スポーツコラム『金曜カフェ』など

NumberWeb メールマガジン配信中

【主な出演番組】

NHK-BS1『ラン×スマ』（現在放送中）

NHK『趣味Do楽!』内 月曜コーナー

「3か月でフルマラソン!」講師として出演

(株) キーンズアベニュー

文化事業部 Rinasce(リナーシェ)

〒108-0071 東京都港区白金台5-14-1

白金台アパートメント702

TEL: 03-5792-8308 mail: info@rinasce.jp