

## JFA こころのプロジェクト 夢先生プロフィール



そのはら たけひろ  
園原 健弘

長野県出身。1992年のバルセロナオリンピックに50km競歩代表として出場しました。1996年のアトランタオリンピックでは陸上チームコーチを務め、その後も明治大学競走部コーチ、日本陸連強化委員会競歩部長等を歴任。現在は、世界陸上3回連続出場や箱根駅伝2回出場という競技者としての経験をベースに、健康づくりからダイエット指導など幅広い分野で活躍しています。都内にてウォーキング&ランニング&ダイエットジムを経営している。著書に「ウォーキング100のコツ」(主婦の友)など多数。