

TEL 011-866-8255

スポーツ選手多数来院 夜8時まで受付

健康保険取り扱い 労災・交通事故随時受付

Jリーグ選手から一般の方までリハビリお任せ下さい!

ほりお接骨院

ほりお接骨院

検索



horiq通信

～大切なあなたとご家族の笑顔と
健康のための情報誌～
バックナンバーもホームページで見れます

2014年
9月号

人生最大体力4番勝負第3弾 アイアンマントライアスロン完走 特集しました～

PICK UP THE

今年で46歳、自分史上最大の体力4番勝負!
第3弾 洞爺湖アイアンマントライアスロンレース
swim3、8kmBike 180kmRun42kmを完走しました～
Goal地点で毎日上がる洞爺湖ロングラン花火大会のスタートの
20:45にGoalすることを目指していました
14時間00分43秒で20:17頃ゴールしました
家族、スタッフ、元スタッフ、応援していただいた
仲間のおかげで第3関門クリアしました～^^
本当に本当に感謝、感激、感動のIronman Japanでした^^
1.毎日ストレッチをすること
2.こまめな水分補給(クエン酸、私はメダリスト)
3.身体を水に浮かべる時間を作る(風呂やプール)
など日常生活のちょっとした工夫でコツコツやると
運動神経の悪かった私でも故障や痛みもなく
とんでもないことができるということを証明するために
上記3か条を徹底継続しました!そうして完走しました



昨年に引き続き
札幌から応援にきてくれた破入
さんやランニングクラブ904の
方達と今年、患者さんでアイ
アンマンになった皆さん全員完走
を祝してパチリ!感謝です!

道内No.1女性トライアスリート沢田 愛里選手の専属トレーナー
町村 祐輔トレーナーから指名を受け鼻に指を突っ込み突っ込ませて
頂きました～^^レース前なのに愛里ちゃんはリラックス!
凄すぎでしょ^^めっちゃくちゃ速いんですよ!



昨年度の
Ironmanは
ゴールに息子と
テープ切れたので
すが
今年は
「同伴ゴール」
といって一緒に
ゴールすると
失格になると
知らず
ゴール前で
呼び止められ
ました!
最高の喜びの
笑顔から
一転
犯罪者みたいに
保護されている
顔、ご賢くださ
い!(笑)



体験者の声



バドミントン
塚本光希選手!
シングルス・ダブルス
両方で
全国大会3位です!

VOICE

やってくれましたなんと!来院してくれている
バドミントン塚本光希選手!
シングルス・ダブルス両方で
ダブルス相棒の武石優斗選手と
全国大会3位まで行ってくれました~
二人とも通ってくれていて
メンテナンス(予防、カラダの手入れ)で
きてくれる事が多く
良い準備してをして良いコンディションで
良い結果や奇跡的な結果を
だしてくれと
私は本当に嬉しいんです!それにしても
塚本選手は団体、シングルス、ダブルスで
計16試合しかも、キャプテンとしてフル回転!
肉体的精神的に相当な
苦勞があったはず
「お疲れ様!よく頑張ったね!」と言いました
ただ、ただ感動の私でした~

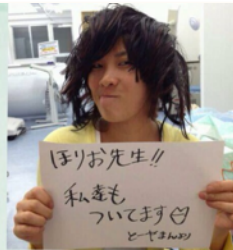
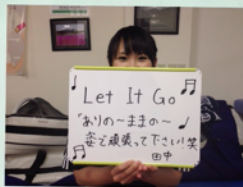
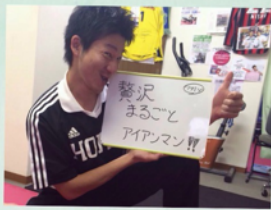
院長の勝負スイーツ



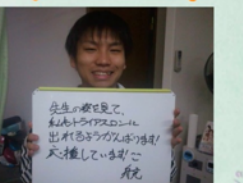
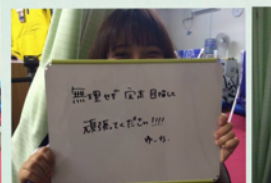
☆このために必死だったんです!~

- 洞爺湖アイアンマントライアスロンレース
swim3、8kmBike 180kmRun42kmでの
私の楽しみのひとつは
バイクの135kmの場所にスペシャルニーズといって
好きなものを自分のゼッケンの袋に入れて
寝してくれるサービスがあります!
今年はスタバのコーヒーをペットボトルにいれ
そして文明堂のカステラ巻きを預けてあり
バイク180kmの中で一番きつくなる場所に
これが待っているので頑張れました!(笑)
小学生の頃からこのカステラ巻きが
私は大好きなんです!
ちなみに中村屋のあんまんも小さい頃より大好き
です(笑)

スタッフからのレース前に サプライズメッセージ



先生 がんばれ~!



2014年8月24日 IRONMAN



2014年8月24日 IRONMAN

現スタッフからも内緒でメッセージくれました~ありがとう!

上段左より
分院整体統括 中野貴一 堤慎司 田中由貴
下段左より
平松大志 小林優花 成田航

- OB・OGスタッフの先生も
サプライズメッセージくれたんです
上段左より
小林哲也、遠山桃子、旭愛華
下段左より
斎藤史晶、岡山(旧姓 細田)千華
佐々木(旧姓 久保)桃絵
本当に本当に感動、感謝です

【発行】



札幌市白石区南郷通13丁目南1-20
まずはほりお鍼灸接骨院→でHP検索
問い合わせは 011-866-8255まで

平日
10:00~13:00 予約制
15:30~20:00
土曜
10:00~15:00
定休日 日祝日