



きん てつひこ
金 哲彦

プロ・ランニングコーチ

プロフィール

1964年福岡県生まれ。

中学から長距離を始め、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、1985年には同区間で新記録を樹立、早稲田の2連覇に貢献した。

1986年リクルートに入社後、ランニングクラブを創設。

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ズを創設、理事長として新しいスポーツ文化の構想を推進している。

また、テレビやラジオの駅伝・マラソン解説者としても活躍中。

～主な肩書き～

- プロ・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ズ理事長・一般財団法人東京マラソン財団理事
- 早稲田大学スポーツビジネス研究所客員研究員
- ラントゥービーラボ所長

～主な著書～

- 『体幹ランニング』『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）
- 『体幹スイッチ100』（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）
- 『マラソン・駅伝素朴な大疑問』（PHP文庫）
- 『からだが変わる体幹ウォーキング』（平凡社新書）など

～レギュラーテレビ出演～

- 『ラン×スマ～街の風になれ』（NHK-BS1）
- 『趣味D○楽・3ヶ月でフルマラソン～めざせ！サブ4』（NHK-Eテレ）