



トラベル・マラニック

**KAME Running Club Beauty & Healthy**

抗加齢医学会専門医「青木晃」先生と  
アンチエイジングの里「長野県高山村」を走る



# 桜めぐり 旅RUNツアー

## 申込み受付中

旅行期間：2015年 4/25(土)・26(日)：[1泊2日]

心に、体に、社会に「100%ヘルシーランニング」をコンセプトに活動する  
KAME Running Club(株式会社ジャパンライフデザインシステムズ)が  
マラニック(マラソン+ピクニックの造語)を楽しむランニングツアーを企画。

記念すべき第1回は、アンチエイジングの里「長野県高山村」で  
桜めぐりの旅RUNツアーを実施いたします。

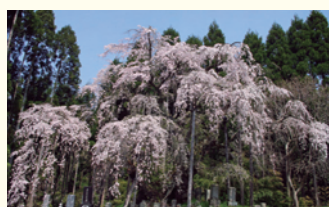
### ■ランナーの間で注目の「マラニック」を楽しむ 未だかつてない旅RUNです！

ピクニックのように楽しむランニングとして、ランナーの間でトレイルランの次に注目の「マラニック」。平均キロ7分～9分でゆっくり走り、名所を見学。みんなでおしゃべりしながら気軽に走る新しいカタチのファンランです。KAME Running Clubは「日本で最も美しい村」連合と手を結び、マラニックツアーを開催。第1回は「日本で最も美しい村」連合の1つ、長寿県長野にあるアンチエイジングの里「高山村」でランを通して美しく年を重ねるヒントを手に入れます。



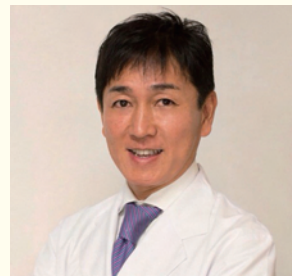
### ■「最も美しい村」高山村の桜と絶景を 2日間にわたってめぐります！

1日目は標高880m～590mからの眺めをゆっくり走りながら堪能する「絶景コース(約10km)」、2日目は全国番付「小結級」の高山村しだれ桜をお花見気分でもわる「桜めぐりコース(約10km)」を楽しみます。



## ■抗加齢医学専門医「青木晃」先生が アンチエイジングランをレクチャー!

「はなまるマーケット」「教科書にのせたい!」などTVでも活躍中で、サブ4ランナーでもある青木先生が最新本『現役マラソン医師の走るとなぜいいか?』(新講社)で紹介されているアンチエイジングランの内容を分かりやすく解説!また、アンチエイジングの里「高山村」の生活文化をヒントにしながら、いつまでも若々しく日々暮らせる方法をレクチャーいただきます。



## ■マラニック以外にも楽しい企画がいっぱい!

1日目の夜はワインパーティー、2日目の昼はバーベキューパーティーなど、アフターランの楽しみがいっぱい!!江戸時代から続く名湯、山田温泉で有名な「風景館」に宿泊し、温泉と郷土料理も満喫できます。



## ■「養命酒製造株式会社」が このマラニックツアーを応援!

長野発の企業「養命酒製造株式会社」が協賛。「長野の地域活性」と「より美しく健康な人を増やしたい」という考え方に共感いただき、応援していただくことになりました。



### スケジュール・旅行代金

#### 【1日目】

- 長野電鉄須坂駅集合・受付(11:00)
- ～マイクロバスにて移動～
- 信州高山温泉郷・風景館  
(11:30/お車の場合は風景館集合・11:30までに受付)
- 昼食(12:00~/ひんのべ料理)
- ☆☆マニラック 絶景巡り編☆☆
- 風景館(START/14:00)
- 牧チェーン着脱場(GOAL)
- ～マイクロバスにて移動～
- 旅館(17:00頃着)
- 風景館にて夕食&ワインパーティー  
(19:00/青木先生のワイン&「アンチエイジングラン」セミナー)
- 夜、青木先生と天体観測  
(希望者のみ/マイクロバス利用/雨天の場合中止)

ツアーの詳細はKAME Running Clubホームページをご参照ください。

<http://www.jlds.co.jp/kame-run/>

#### 【2日目】

- 朝食(7:00)
- チェックアウト(9:00)
- ☆☆マニラック 桜巡り編☆☆
- 赤和観音(SATRT/11:00)
- 農村公園(GOAL)
- バーベキュー(13:30/農村公園・You游ランド隣)
- 希望者はYou游ランド入場(15:30)
- 長野電鉄須坂駅・解散(18:00頃)

- ◆旅行期間 2015年4月25日(土)・26日(日)
- ◆旅行代金(おひとり様)
  - 4名1室 39,000円(税込)
  - 3名1室 42,000円(税込)
  - 2名1室 45,000円(税込)
- ◆募集人数 40名
- ◆最少催行人数 30名
- ◆申込期間 2015年3月2日(月)～4月13日(月)

■旅行企画・実施:株式会社JTB関東 ■企画協力:KAME Running Club ■協賛:養命酒製造株式会社 ■協力:長野県高山村

〈本件に関するお問い合わせ〉

KAME Running Club 担当:池

Tel.03-5457-3024

E-mail. ike@jlds.co.jp

株式会社ジャパンライフデザインシステムズ

〈会社概要〉

- ◆社名/株式会社ジャパンライフデザインシステムズ
- ◆代表/代表取締役社長 谷口正和
- ◆設立/1981年7月10日
- ◆資本金/5,000万円
- ◆事業内容/生活者研究に基づくマーケティング戦略およびコミュニケーション戦略の立案・実施