



#19 田村大輔

男は背中！懸垂二本で
追い込んだカラダ。



#22 千々岩利幸

外国人にも当たり負け
しない肉体造り。



#3 マイケル・パーカー

ストイックな筋トレで
得点王を死守。



#11 川面剛

柔軟・俊敏性を兼ね
備えた強力な筋肉。

福岡のプロバスケットボールチーム
「ライジング福岡」を応援しよう！
特別企画



キレイなカラダ造り。

女性はもちろん誰もが憧れるスタイル抜群のキレイなボディ。今回は、現在シーズン真っ只中、プロバスケットボール球団「ライジング福岡」の選手達にキレイなカラダ造りのポイントを聞いてきました。

Look inside!

③0P〜 ライジング選手、鍛え抜かれた魅惑のカラダに迫る。

③4P〜 球団代表 山本華世さんとライジング選手が行く！
食べて・動いて・癒されて！もっとキレイなカラダ造り。

山本華世さんが球団代表を務める「ライジング福岡」。2007年よりプロバスケットボールリーグ・bjリーグに所属し、福岡では野球・サッカーに続く、第3のプロ球団となる「バスケットボールチーム」だ。一地域密着県民球団としての注目も高く、全戦全焼をチームスピリットに、昨シーズンは参戦1年目にして、見事プレーオフに進出。最終的には10チーム中4位という、素晴らしい成績を残し、福岡バスケット界に新たな歴史を刻んだ。今期は新たに2チームを迎え、全12チームでチャンピオンの座を奪い合う。チームは現在2年目のシーズン真っ只中。ここからが勝負の後半戦に突入し、2年連続となるプレーオフ進出を目指している。bjリーグという悲願の栄冠を掴むため、今まさにチームはひとつとなり、全戦全焼の熱い戦いを続けている。

福岡の県民球団
ライジング福岡の選手たち。



『男は背中だと思っているのでトレーニングでは懸垂二本で自分を追い込みまくってます!!しかし、トレーニング以前に、食べることが一番大切。旬の野菜、魚、雑穀米、少量の肉、果物を中心に、質の良い食事を心がけています。基本的に食べることが大好きで、我慢をしすぎるとストレスが溜まるので、その時にカラダが求めるものを食べるようにもしています。バスケの試合はめちゃ盛り上がるので、ぜひ会場に来て下さい！僕の背中にも注目です(笑)』

WEB写真集でもっと見る！



田村大輔
Daisuke Tamura

- 1981.1.22生まれ
- 大阪府出身
- ポジション G

今シーズンより大阪から福岡に移籍。持ち前のチームのムードメーカーに。

めさーじゅ 検索



『トレーニングでは、外国人選手に当たり負けしないようなカラダ造りを心がけ、さらに怪我をしないためのカラダ造りも意識しています。怪我をしてしまつてはどうしようもないから。食事は肉・魚・野菜：バランス良く食べるようにし、トレーニングの後には必ずプロテインを飲みます。シーズン後半戦に入り、プレーオフ進出のかかった大事な試合が続きます。みなさんの応援が必要ですよ。ぜひ会場に足を運んで応援して下さい！』

WEB写真集でもっと見る！

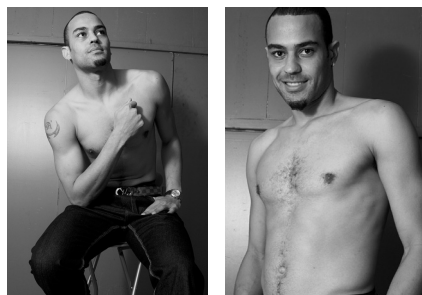


千々岩 利幸
Toshiyuki Chijiwa

- 1984.10.3生まれ
- 佐賀県出身
- ポジション G

試合で魅せる正確でトリッキーなパスが見物。クールで物静かな女性人気の秘訣。

めさーじゅ 検索



『胸筋や腹筋を鍛えるために、ウエイトトレーニングを中心にトレーニングしています。プレイタイムも長く、シーズン中は特に体力を使うので、体力を保つためにも、あえてカロリーの高いものや、炭水化物を多くとるようにしています。いつも応援してくれて、本当にありがとうございます！個人としては、現在の得点王を死守し、チームとしてもなんとしてでもプレーオフ進出を目指します。I see you the games!』

WEB写真集でもっと見る！



マイケル・パーカー
Michael Parker

- 1984.12.6生まれ
- アメリカ合衆国出身
- ポジション F

現在bjリーグ得点王。一試合で30点以上も得点を決めるほど。チームの要。

めさーじゅ 検索



『ただ単に力強い筋肉を作るだけではなく、柔軟性や俊敏性を重点的に、シーズンを通して大きな怪我をしないようなトレーニングを意識しています。食事にはそこまで気を遣ってはいませんが、その時に食べたいと思った物を口にしています。サプリメントは摂りますが、プロテインは一切飲みません。試合では、“戦時”を大切に戦っています。“勇気”と“感動”を与えられるよう全力で頑張りますので、会場に足を運んで下さい！』

WEB写真集でもっと見る！



川面剛
Tsuyoshi Kawamura

- 1975.1.11生まれ
- 福岡県出身
- ポジション PG

175cmと小柄ながら、調子がよければダンクシュートも狙える。ジャンプ力が魅力。

めさーじゅ 検索

後半戦ホームゲームスケジュール 詳細は <http://rizing-fukuoka.com>

vs 高松ファイブアローズ	vs 高松ファイブアローズ
2月28日(土) 18:20〜 宇部市俵田翁記念体育館	3月1日(日) 13:20〜 下関市体育館
vs 埼玉ブロンコス	vs 東京アパッチ
3月14日(土) 18:20〜 九州共立大学	3月21日(土) 18:20〜 筑後広域公園体育館
3月15日(日) 13:20〜 九州共立大学	3月22日(日) 13:20〜 筑後広域公園体育館
vs 琉球ゴールデンキングス	vs 大阪エヴェッサ
4月4日(土) 18:20〜 岡垣サンリーアイ	4月10日(金) 18:20〜 九電記念体育館
4月5日(日) 13:20〜 岡垣サンリーアイ	4月11日(土) 18:20〜 九電記念体育館

♡好きな選手に投票しよう!

…各選手のQRコードを携帯でピット空メールを送るだけ。
投票された方の中から抽選で5組10名様にホーム観戦チケットをプレゼント! (※3月24日迄 ※4月のめさーじゅWEBサイトに投票結果発表 ※チケット抽選結果はメールにて通知)

♡WEB写真集を見よう!

…WEBサイト限定、選手の写真集が見れます。紙面では見せなかったシーンがもっと見れます。
<http://www.messa-juu.com>
めさーじゅ 検索

試合に行かなくても絶対にソッ!

なんと!
写真の発売が決定!

ホーム試合会場で、今回掲載の写真はもちろん掲載されなかった写真の発売が決定! 選手達の肉体系写真はプレミアアです。詳しくは、ライジング福岡ホームページに!