

高地で鍛え抜かれたケニア陸上

2021年07月21日

「マラソン最強国」ケニア。この所以は、ケニアが「標高が高い場所にある」ことです。酸素が薄く体力を消耗する場所での日常生活やトレーニングは、心肺機能や持久力が向上します。陸上男子100メートルのフェルディナンド・オマンヤラ選手は「ケニアは長距離で有名ですが、短距離で衝撃を与え、これまでの固定観念を覆したいです」と意気込みを語りました。

