

フナテック新聞

見て！（笑）この仕上がりが具合！

ジムに通って丸三年！遂に大会デビュー！



なんなんだ!?
この怪しい軍団(笑)

発行年月日
2021年12月18日
第 11 号
発行人
富名腰一真



昭和51年12月6日生
いて座 O型
最近無いと落ち着かない！
1位：鏡(仕上がりを確認)
2位：鉄(トレーニング用)
3位：アロイ(誇大化用)



↑開会式で全員でステージに上がる。かなり緊張したw w

遂に富名腰が2021年10月24日(日)に沖縄県ボディビル・フィットネス連盟が主催する第6回オキナワエリア・オータムコンテスト「メンズフィジーク部門165cm以下級」にデビューした！
宜野湾ジムに通い始めて丸3年になるが、今大会出場を決めたのが2021年3月31日。当時の体重は63キロ前後、それから筋力トレーニング日数を増やすと同時に1か月1キロずつ絞り込んで、大会当日は56.5キロ(マイナス6.5キロ)。3キロ減までは割とスムーズに到達したが、60キロ以下となるとなかなか減量が進まなくなりました。そこから食事メニューの変更を決意。野菜と鶏むね肉や豆腐、納豆などの超健康的なメニューを取り入れ、糖質や脂質はかなり制限した。また大会1か月前には禁酒まで行い、どうにか当初目標通りの体重56キロ台まで絞り込む事ができた。
出場後の富名腰の感想は「開会式の入場時はかなり緊張してしまっただ。小中

学校の運動会レベルの出番という。またステージ本番での難しかった点を問うと「日頃は鏡を目の前にして確認しながらポージング練習をしているが、本番は目の前に鏡がなく観客がいるので、いつものようにポージングが出来ていないのを感じる。初出場ならではという。初出場であるが、その言葉の通り出場結果は...」
「見事！予選落ち！(笑)」
決勝進出者発表の際にサーフパンツを着けているザッケン番号を読み上げられるのであるが、自分のゼッケン

ン「フー」を飛ばされた時は、かなりショックだったという。予選落ちと決勝進出の違いは、ステージ上でのポージングの見せ方が異なる。予選は人数が多い為、ステージに上がって1人で行うポージングの間はごくわずか。ほとんどのポージングがステージに上がる出場者全員で同時に行う。つまり！予選はあまり目立たない&練習したポージングをお披露目しても、会場にいる観客の視線を独り占めできないのである(笑)
観客の視線を独り占めする事ができず富名腰は凄く残念であった(笑)。①3年間地道にジムに通った節目、②セルフコントロール能力強化(減量・継続・生活改善)、③40代での新しい事へのチャレンジ(しかも全くの異次元世界(笑))、と言う3点の面で考え、今一回得られた経験は富名腰にとって、フナテックにとっても、大いにプラスになる経験となるのではないだろうか！今後も富名腰の筋肉に注目したい！

【宜野湾ジム情報】
入会金5千円
会費5千円(月額)
営業時間(24時間笑)

フナテック 4コマ漫画 第2弾！ 筋肉つけてえわ！

世にも 筋肉 な物語

筋肉マンは
二頭筋、三頭筋が
発達すると
つまようじを
お口に運ぶ
のではなく...



持っている腕に
お口を運ぶ...



筋肉が
大きくなり過ぎて
腕をたたんで
持っていけないらしい...



↑2台目の愛車マツダ「サバンナRX-7 (FC3S)」と写真撮影...

←学生の身分で車ばかりいじってましたww

無謀な峠バトル（カーチエイズ）に挑み、購入からわずか3か月で廃車にした初めての愛車「スカイライン」。友人から分割払いで購入していたが、支払いが残っていたが、富名腰は直ぐに次の車を探し始めた。二代目の愛車はな・な・な・なんとマツダ「サバンナRX-7」！勿論ローンで購入・・・。ご存知の方も多いと思うが、この車は燃費がリッター3 km程度しか走らないと言われる恐ろしい車である（笑）。いわば、走りながら400m毎に10円玉をチャリンチャリン落としながら走っているような、地球にやさしくない車なのである！なぜこんな車を買ってし

まったのか？それは前号でもお伝えしたが、当時流行っていた走り屋漫画「頭文字D（イニシャルディー）」の悪影響を受けてしまったからである。それから富名腰は更に貧乏となった。燃費が悪いのに走りに行くし、車を改造する為にバイトを増やしてついに（ホームセンター店員とゴルフ場の球拾い）二刀流となった。

富名腰はとにかく車の為にバイトしまくり、食生活には出来る限りお金をかけないで（ごはんにふりかけ中心）過ごした・・・。でも友人との飲み会はしよつちゅうで、どうしようもない学生生活を過ごしていた。富名腰の次男も今、名桜大に通い一人暮らしをしてるが、僕と同じようなどうしようもない学生にならない事を祈るばかりである（次号につづく）

フナテックロゴマークがリニューアル！

の今後の事業の柱になるであろう「3D（スリーディー）」、「3次元」的な面な姿も表現しています！皆様の会社や事務所にもオリジナルのロゴや看板等がありますか？事業や自分の思いをオリジナルで表現できるという事は本当にうれしい♪、楽しい♪、大好き♪！です！（どっかか聞いた事あるな（笑））



ドゥーティニューミー

最後まで読んで下さって、ありがとうございます！過去のフナテック新聞バックナンバーを弊社ホームページのトップ画面「メニュー」の「ニュースレター（フナテック新聞）」からご確認できるようにしました。弊社ホームページは「フナテック沖繩」で検索、もしくは「コチラをご利用下さい」↓

