

TRAIL RUNNING

WORKING IN WORKSHOP

MOUNTAIN BIKING

BIKE FIXING

BOULDERING

SKATING

CAFE

YOGA RELAXING

WORKING IN OFFICE

FARMERS MARKET

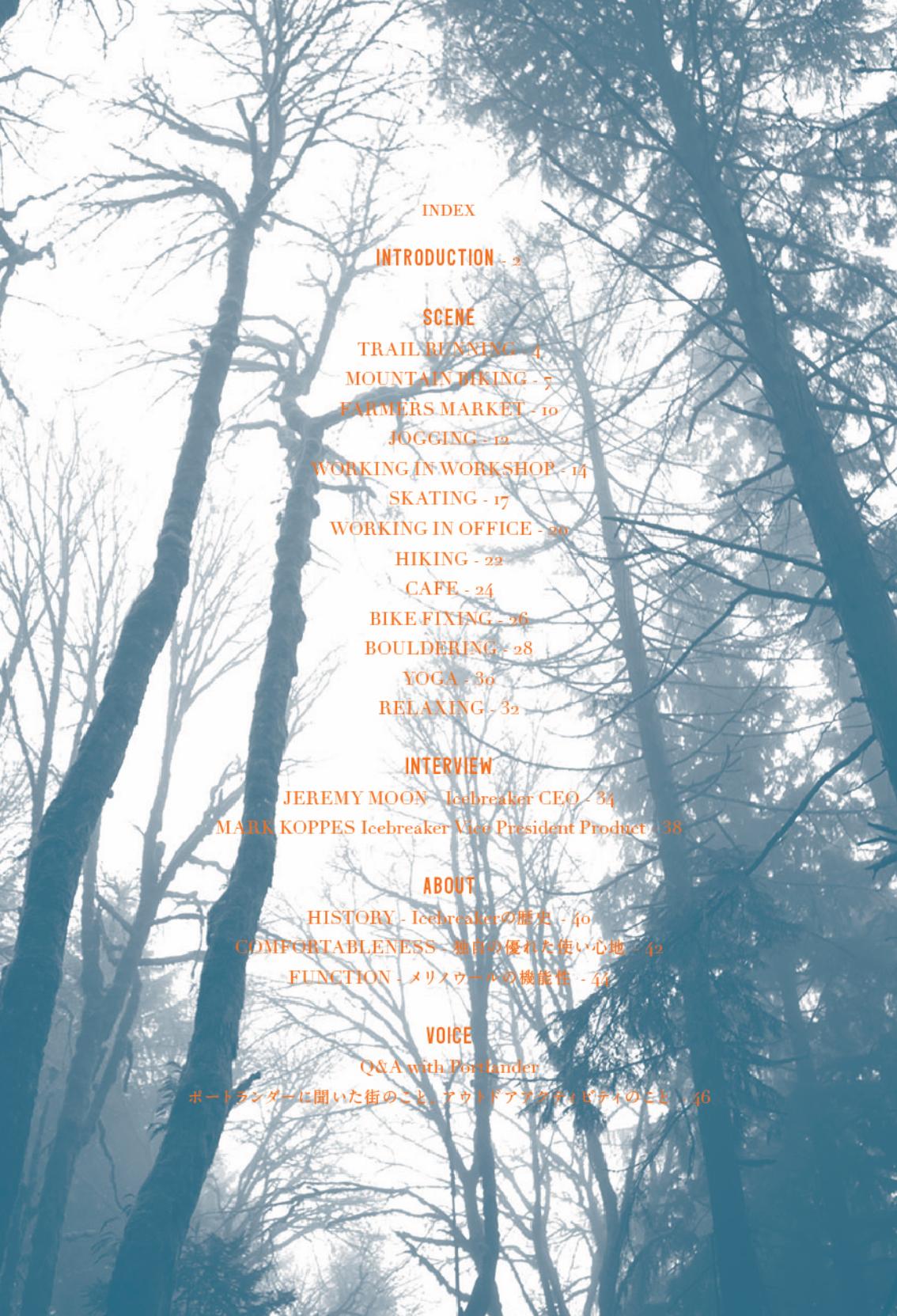
HIKING

A
DAY
WITH
icebreaker

Portland, Oregon

USA





INDEX

INTRODUCTION - 2

SCENE

TRAIL RUNNING - 4

MOUNTAIN BIKING - 5

FARMERS MARKET - 10

JOGGING - 12

WORKING IN WORKSHOP - 14

SKATING - 17

WORKING IN OFFICE - 20

HIKING - 22

CAFE - 24

BIKE FIXING - 26

BOULDERING - 28

YOGA - 30

RELAXING - 32

INTERVIEW

JEREMY MOON - Icebreaker CEO - 34

MARK KOPPES - Icebreaker Vice President Product - 38

ABOUT

HISTORY - Icebreakerの歴史 - 40

COMFORTABILITY - 独自の優れた使い心地 - 42

FUNCTION - メリノウールの機能性 - 44

VOICE

Q&A with Portlander

ポートランダーに聞いた街のこと、アウトドアグッティビティのこと - 46



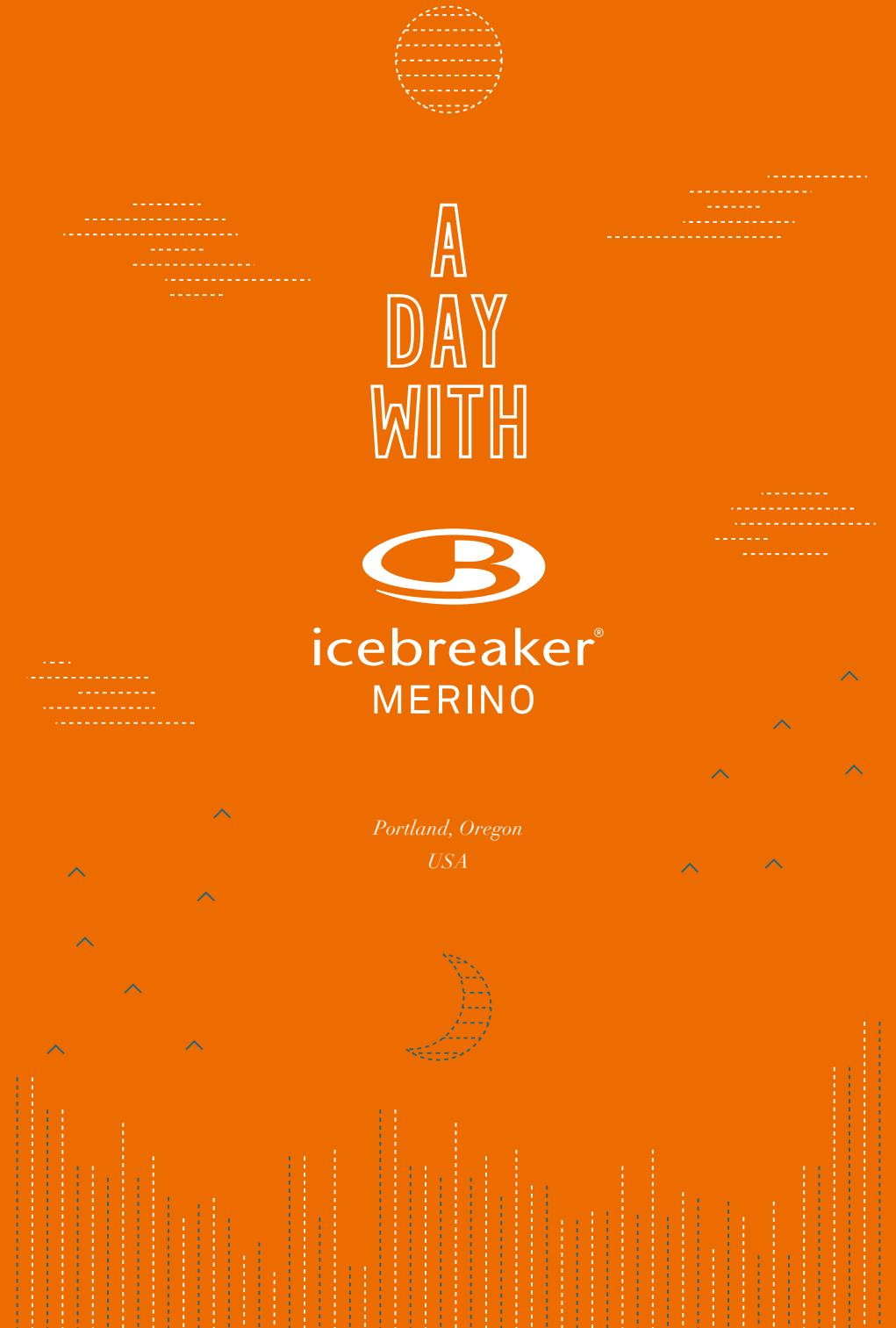
A DAY WITH



icebreaker®
MERINO

Portland, Oregon

USA





BREATHE
AS
NATURALLY
AS
YOU DO

自然を感じながら日常生活を送ること。
生活のリズムを整え、心地良く生きていくための
自然との関わり方は人それぞれにある。
自然に学んだことを都市生活へ
取り入れることも、その一つの方法。
アウトドアで高いパフォーマンスを発揮するものが
日常でも気軽に取り入れられることができたなら。
その心地良さの理由を忘れてしまうほど
身体に馴染むものを身に着けることで、
都市に生きる人々の心の緊張はほぐれていく。
「自然」という優れたデザイナーからの提案。



"I FEEL MOST RELAXED
WHEN PHYSICALLY
PUSHING MYSELF
WHILE OUT IN A QUIET AND
SERENE NATURAL SETTING."

静かで、安らかな自然環境に身を置いた時
もっともリラックスすることができます。

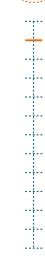
FOREST PARK - WILDWOOD TRAIL





"WHEN I'M RIDING MY BIKE IN THE MOUNTAINS,
I CAN COMPLETELY ZEN-OUT."

山の中で自転車に乗っている時、完全に開放された気分になります。



SYNCLINE TRAIL
the Columbia Gorge in the Washington Cascades

FARMERS MARKET AT PORTLAND STATE UNIVERSITY

SW Park Ave. & SW Montgomery St.



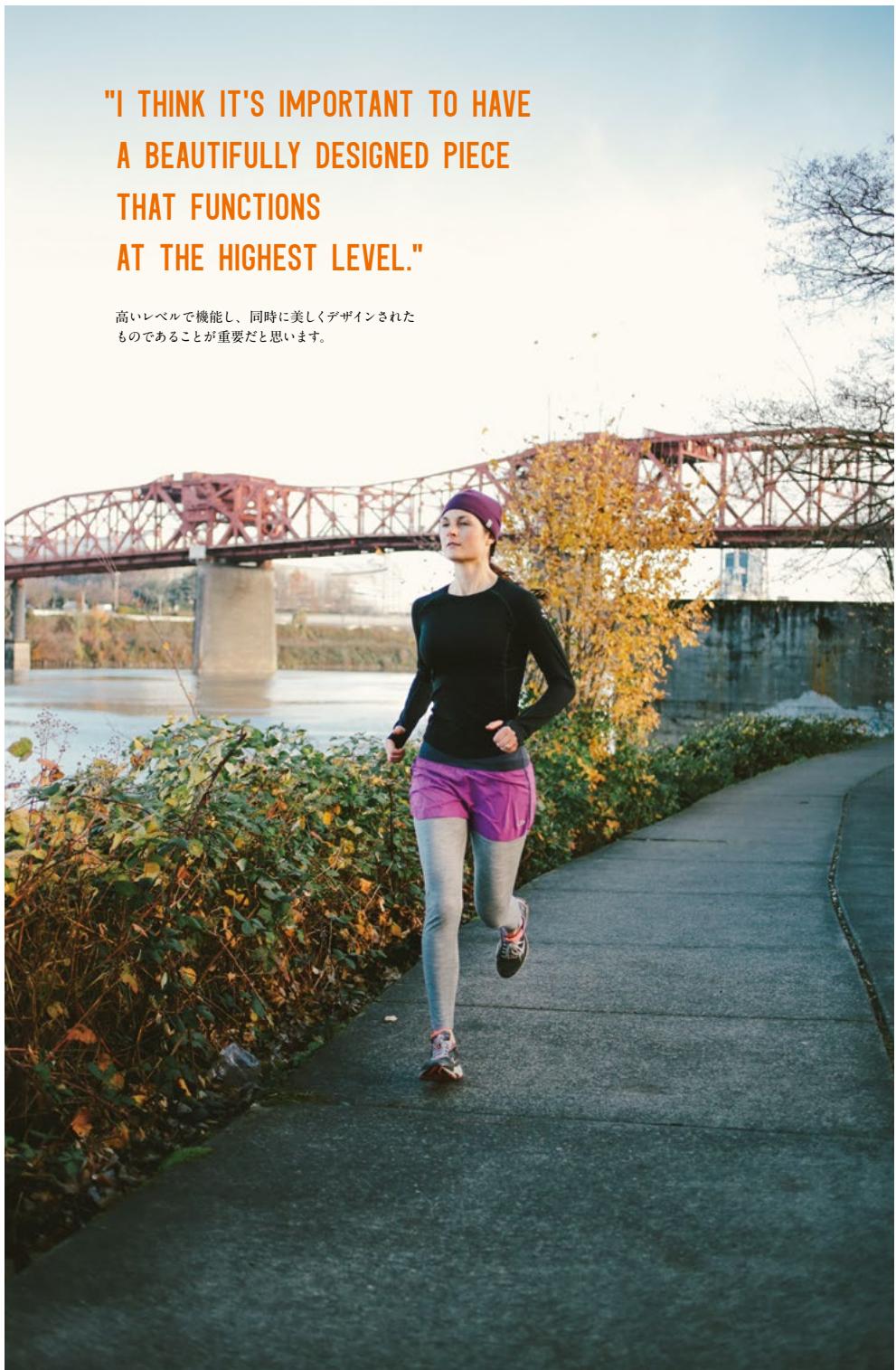
"FOR MY EVERYDAY WEAR
I APPRECIATE SIMPLE BUT HIGH QUALITY."

毎日着るものはシンプルで質の高いものがいい。



"I THINK IT'S IMPORTANT TO HAVE
A BEAUTIFULLY DESIGNED PIECE
THAT FUNCTIONS
AT THE HIGHEST LEVEL."

高いレベルで機能し、同時に美しくデザインされた
ものであることが重要だと思います。



WILLAMETTE RIVER GREENWAY TRAIL





"FIT AND FUNCTION ARE ALWAYS BETTER
THAN THE CLOTHING'S OVERALL FORM,
BUT THAT'S NOT TO SAY
AESTHETIC DESIGN ISN'T AN IMPORTANT QUALITY."

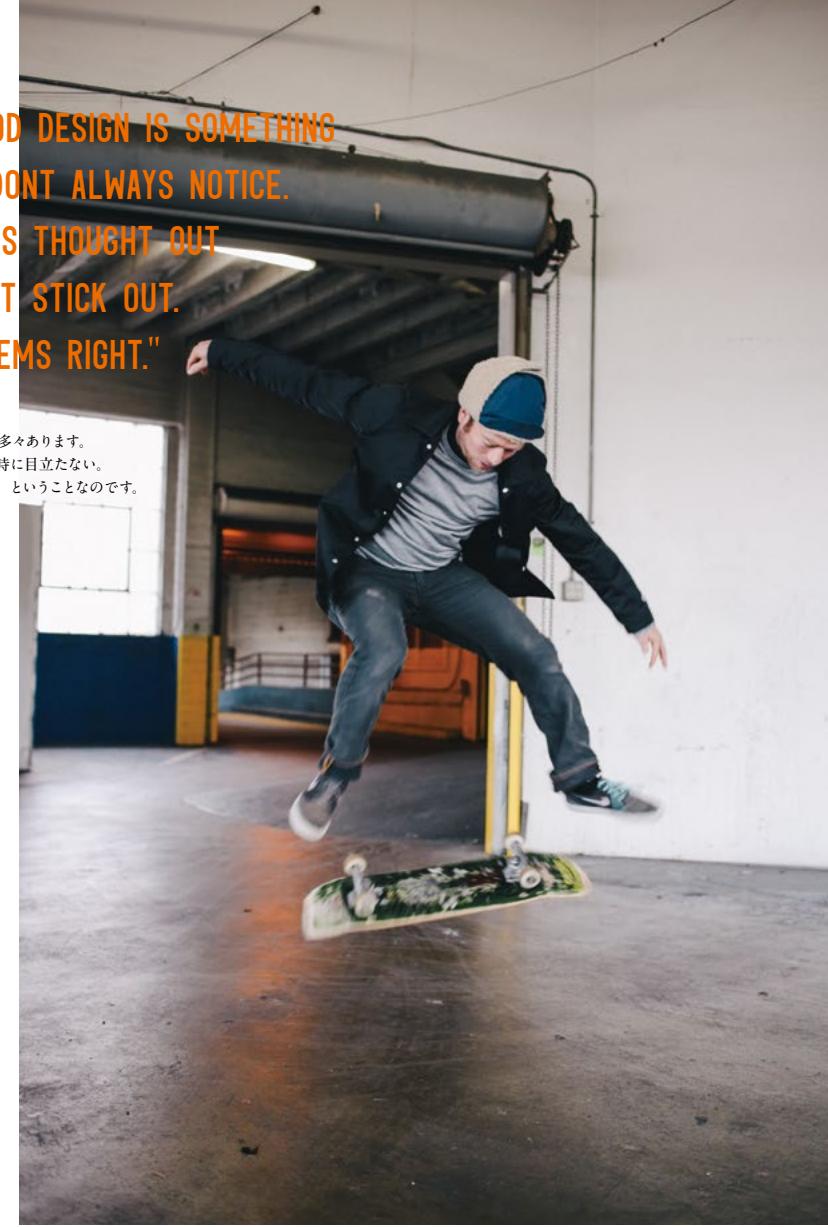
体にフィットして機能的であることが、フォルムよりも重要。
だからといって、デザイン性が重要ではないということではありません。





"I THINK GOOD DESIGN IS SOMETHING
THAT YOU DONT ALWAYS NOTICE.
IT JUST WAS THOUGHT OUT
AND DOESN'T STICK OUT.
IT JUST SEEMS RIGHT."

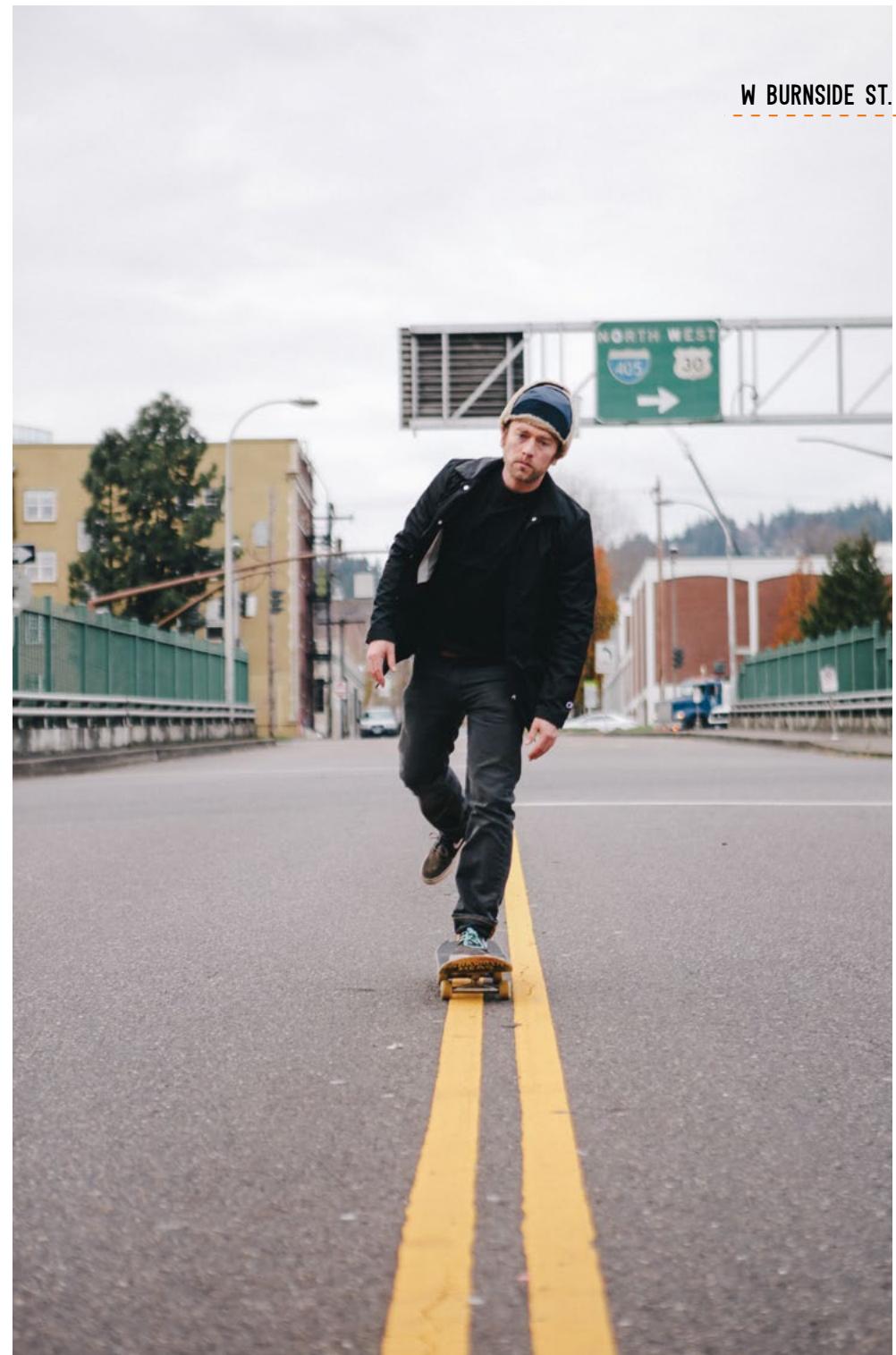
良いデザインというのは、
それに気づかないことが多いります。
良く考えられていて、同時に目立たない。
そのデザインが「正しい」ということなのです。



W BURNSIDE ST.



18



19



Icebreaker DESIGN EXCHANGE OFFICE

1330 NW 14th Ave.



"I FEEL MOST RELAXED WHEN I AM DESIGNING.
I FEEL THIS WAY BECAUSE I CAN TRULY FOCUS ON
A SINGULAR PROBLEM AND DEVOTE
ALL MY THOUGHTS TOWARD IT."

デザインしている時が一番リラックスできます。
一つの問題に集中し、それに対して思考を全て捧げることができるから。



"FIT IS MOST IMPORTANT TO ME."

身体にフィットすることが一番大切です。

FOREST PARK - LEIF ERIKSON TRAIL





24



"MOST OF THE CLOTHES I BUY ARE FOR THE DESIGN
BUT THE ONES THAT STAY CONSTANT ARE THE ITEMS
THAT DEVELOP TO BE MORE FUNCTIONAL."

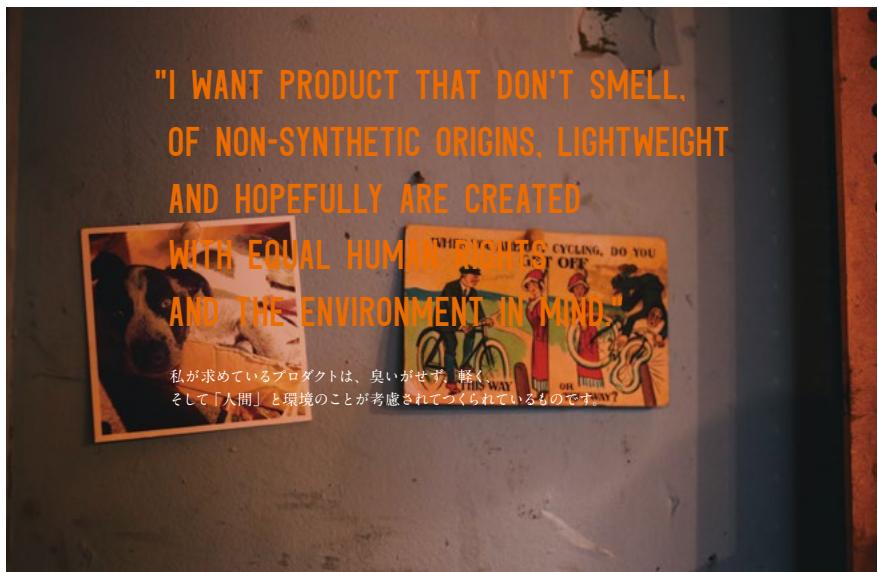
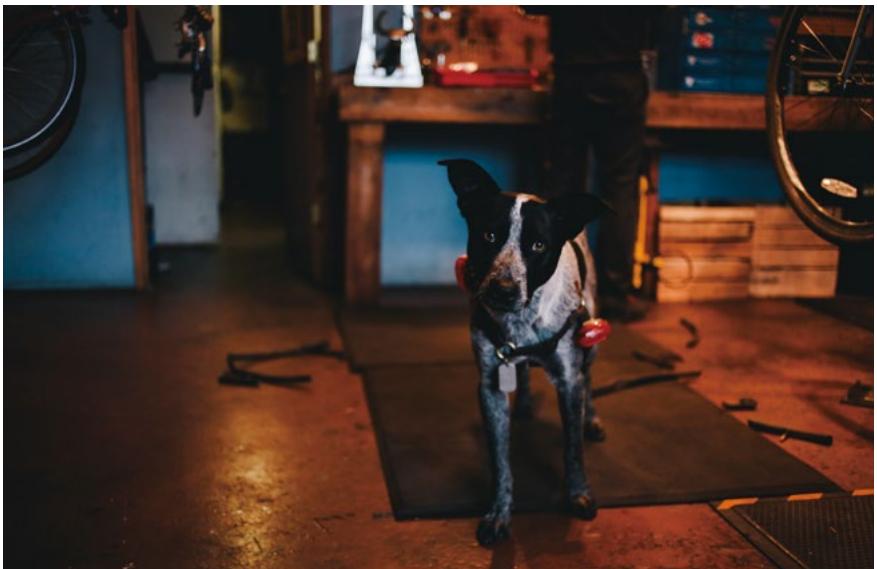
私が購入する服のほとんどはデザインで選びます。けれど、より機能性を感じさせる要素も大切です。



COURIER COFFEE ROASTERS

923 SW Oak St.

25



ABRAHAM FIXES BIKES

3508 N Williams Ave.



THE CIRCUIT BOULDERING GYM

410 NE 17th Ave.



"BEING IN NATURE QUIETS THE NOISE OF
THE BUSY WORLD AROUND US."

自然の中にいると、騒がしい世間の雑音をシャットアウトしてくれます。





"LIFE IS TOO SHORT TO WEAR UNCOMFORTABLE CLOTHES."

快適ではない服を着ているには、人生は短過ぎます。

PRIVATE





"I PREFER THE FUNCTION
TO BE MULTI-DIMENSIONAL
SO I CAN JUST AS EASILY SPORT THEM
TO DINNER OR WORK OR ON A HIKE."

気軽にスポーツもできれば、ディナーにも行け、
仕事でも着ることができ、ハイキングもできるような機能的なウェアが好きです。





INTERVIEW

JEREMY MOON

Icebreaker CEO

アメリカ・オレゴン州ポートランドにある、Icebreaker のオフィス。

倉庫をリノベーションした建物は天井が高く、

開放感があってとても気持ちの良い空間だ。

ブランド創設者、そして CEO である Jeremy Moon は

ヘッドオフィスをブランド誕生の地ニュージーランドにおきながら、

デザインオフィスをポートランドに設けた。その理由は何だろうか。

ブランドが立ち上がるきっかけから自然の素材の力、

都市と自然との関係性まで、Icebreaker の根本について。

Icebreaker の始まり

Icebreaker を立ち上げることになったきっかけは、21年前のニュージーランドに時と場所を遡らなければなりません。

当時のガールフレンドがある農家の方を紹介してくれ、その彼とランチをしたのです。その席上、彼がメリノウールでできた薄い織物を見せてくれました。それが、ブランドのスタート地点となりました。

私はずっとカヤックをしていて、当時のウェアの通気性や発生する匂いにうんざりしていました。軽くて、肌触りが良く、通気性にも優れていて、匂いがつきにくい。メリノウールにはこういった特徴がありました。早速このメリノウールでできたウェアを着て、いろいろなスポーツをやってみました。それは、とても衝撃的な体験でした。今まで他のウェアで感じていたストレスが、一切なかったのです。

当時働いていた会社は辞め、銀行からの融資を受けて、このアイデアの権利をその農家の方から買

い取りました。そして自分の貯金を使って、Tシャツをはじめとしたトップス4型とレギンス1型の計5型を製作したのです。そのコレクションをスーツケースに入れて店を回り、結局最初の年には18の店舗で取り扱ってもらいました。

自然の力

私たちは自然の中に身をおいています。それならば、自然が長い時間をかけて創造した素材をまとうべきではないか。このシンプルな考えを私たちは「自然の力 (Power of Nature)」と呼んでいます。その恩恵を享受するために、私たちはメリノウールを生産する農家の方々たちときちんとした契約を結び、メリノウールのクオリティだけではなく、生産者、動物、そして環境にも配慮することを最も重要な課題としています。現在では187の農家の方々と直接契約をし、彼らからはおよそ1500トンもの世界最高のクオリティのピュアメリノウールが私たちに提供されるのです。

Heart of the outdoor culture in the US is in Portland, OR.

*New relationships between people and nature.
New relationships between fabric and skin.*

*Breaking the ice with new ideas.
Breaking the ice between people.*



デザインオフィスを ポートランドにおく理由

2007年、ポートランドにデザインオフィスを立ち上げました。現在60名ほどがここで働いていて、プロダクトデザインやアメリカでのビジネス、そしてグローバルのeコマースなどを担っています。

ポートランドは、アウトドアスポーツにとってのシリコンバレーのような場所だと思っています。豊かな自然と都市の関係性は目を見張るものがありますし、文化的な成熟度も興味深いものです。この都市を本拠地とするスポーツブランドの数を見ても、それがわかります。単純に大自然との距離が近いということもありますが、そういった多くのブランドで経験を積んだ優秀な才能も見つかるのではないかと考えました。良い判断だったと思います。

私自身は、6~8週間に一度ポートランドに来て、

毎回約1週間滞在します。ニュージーランドもアメリカも夜に出発する便があるので、だいぶ楽ですね。機内でワインを飲んで、食事をして、映画を観て、少し寝たら着いているのですから。

都市と自然との関係性

私たちは都市生活者です。都市に住むことのメリットはたくさんあって、クリエイティブでエキサイティング、そしてエネルギーに満ちたライフスタイルを送ることができます。

しかし、めまぐるしい変化の中で生活し、様々なプレッシャーにさらされている私たちにはエモーショナルコスト（精神的な犠牲）が常につきまとっていると思います。そのコストを軽減させるために、人々は自然に向かうのではないでしょうか。都市と自然、どちらか一方だけが優れているということではなく、大切なのは両者とのバランス感覚。そうし

た点において、都市生活者がもっと簡単に自然と向き合えるようなサポートを、このブランドを通じて実現していきたいと思っています。

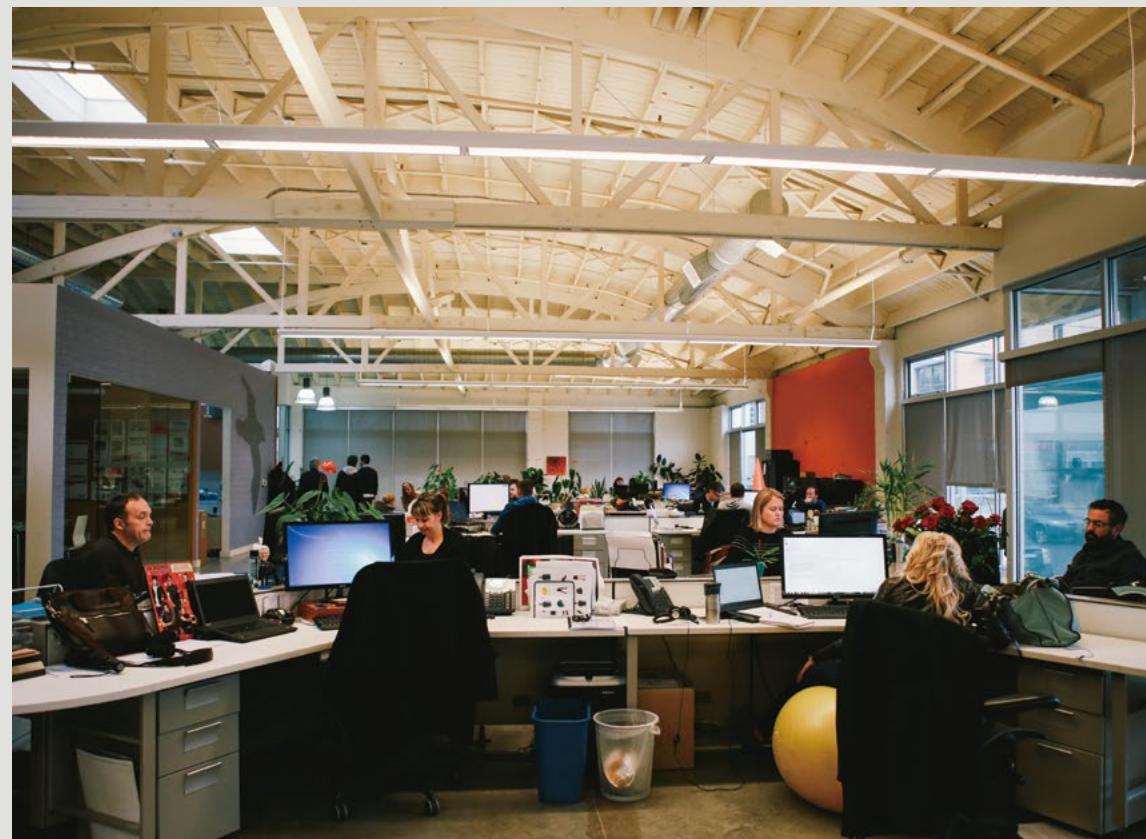
2015年ブランド設立20周年

私たちは、マーケティングのキャンペーンに莫大なお金をかけることはしません。商品自体の良さを、使ってくれた人がどんどん伝えていってくれるのです。それは20年前に私が一つのスーツケースに5型のコレクションを詰めて、セールスをしていたのと同じことです。規模が大きくなっても、その姿勢が変わることはありません。良い商品をつくり、それについて正直に伝達するということを続けていくだけです。

Icebreakerと日本

日本は文化、言葉、流通などすべてにおいて、私たちのブランドがスタートしたニュージーランドとは異なります。キーとなるのは、日本独自の文化を深く理解した上で、私たちのコンセプトとどう繋げていけるかということ。そうした意味で、これから展開がとても楽しみです。

一人の青年とメリノウールとの偶然の出会いからスタートしたIcebreaker。都市と自然の関係性を考えながら、これからも質の高いプロダクトをつくり続けていく。自然が生み出す、最高の素材の力を信じて。



MARK KOPPES

Icebreaker Vice President Product

*Our products really does
come from nature.*

私たちのプロダクトは紛れもない、自然の産物。

ブランドのプロダクトラインにおける責任者を務めるMark Koppes。

長年スポーツウェア、アウトドアの世界に関わってきた

彼が考えるIcebreakerの独自性とは何か。

Icebreaker の独自性

アウトドアの愛好者には当然のごとく、環境について深い意識を持っている人たちがたくさんいます。私たちも同じで、メリノウールのファイバーという自然が生み出したものを使い、自然と共存しながら商品をつくってきました。これからもそうしていきたいと考えています。私たちのプロダクトは紛れもない、自然の産物なのです。

私たちは誰が羊を育てているのか(生産者)を把握しているし、どういう経路でそれが商品となって、着てくれる人たちの手元に届いているのかもちろんと理解しています。もちろん自然から提供されるものゆえ、数に限りがあるという問題もありますが、

そこを私たちのクリエイティビティでどう乗り越えていくかという挑戦が、時に最も楽しい過程であったりもします。

羊毛が現在の形になるまで、進化にどれだけ時間がかかっているのか想像するだけでも大変です。進化を繰り返し、どんな過酷な環境でもちゃんと羊の体を守るようなものになった。こういった自然の力(Power of Nature)に勝るものはないでしょう。

自然の力を伝える

ウール素材はもともとチクチクしてかゆくなりやすく、あまり良いイメージはありませんでした。それを下着にまで使用しているというと、驚かれることが多々あります。しかし私たちは、とにかく試着

*We know where product comes from.
We know people who raise sheep.
We talk about that story as we do design.*



してみてください、というのです。それによって、私たちの商品の虜にしてしまう自信があるからです。そうした「小さな素晴らしい体験」が蓄積して、どんどん商品が広がっていくと信じています。

Icebreaker のデザインが目指すもの

昔はTシャツ、ロングスリーブ、というように商品の形態でデザインをしていましたが、今はランニング、ヨガといったように、様々なスポーツシーン毎に商品を考えています。私たちのプロダクトは決して安くはないので、各シーンだけでなく、別のシチュエーションでも使えるように心掛けています。たとえば、スキー用のベースレイヤーを寒い冬の日にオフィスに着て行くこともできる、というように

です。人々のライフスタイルの一部となるような商品をつくり出すことを、常々考えています。

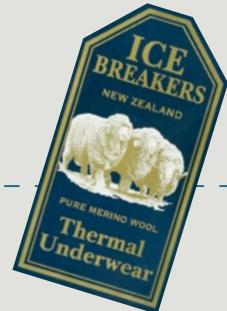
様々な目的をもった様々な商品がデザインされ、消費者の元に届けられる。Icebreakerにとっての一つの大きな目的は、アウトドアやスポーツをより快適に楽しむこと。しかしその目標の先には、もっと大きいものが据えられている。



ABOUT

HISTORY

Icebreakerの歴史



1994

Icebreaker誕生。化学繊維が席卷するアウトドア衣料の世界に天然繊維を用いた、まったく新しいカテゴリーを創造。

2006

より多くの人々に天然素材メリノに触れてもらうべく、「Touch_Lab」と名付けた直営店、「Touch_Point」と冠した店頭ディスプレイを世界市場で立ち上げる。そのデザインは数々の店舗デザインの賞を受賞する。

1995

世界ヨット王者ピーター・ブレイク卿がIcebreakerを絶賛。「今まで着たどんな衣類よりも優れている。ひと月半着続けたが、チクチクしたり嫌な臭いがしたりということが全くなかった」。彼の言葉によって、アウトドア衣料市場でメリノウールの機能性を打ち出すことにより確信をもつ。

2007

アンダーウェア・コレクションの展開を開始。またアメリカ、オレゴン州ポートランドにデザインオフィスを開設。

Its global design studio at a new headquarters at 1330 NW 14th Avenue in Portland, which is Gold certified by the Leadership in Energy and Environmental Design (LEED) green building rating system established by the U.S. Green Building Council.

1997

世界で初めて牧場と直接契約をして、メリノウールの原料調達をスタート。牧場主には長期的視野に立った経済的な約束をする一方、動物擁護と環境配慮の基準を彼らに設定し実行。

2008

メリノ原毛がどこから来たかを検索できる「Baocode (バーコード)」という検索システムをスタート。200以上ものメディアがこの画期的なシステムを話題として取り上げた。

1999

メリノ衣料によるレイヤリング・システムを構築し、ニュージーランドで急成長しているブランドとして注目を集める。

2009

サステナビリティへの取り組みをスローガンではなく、ブランドの理念として具現化、会社のワークフロー、エコシステムに取り入れる。

2003

「狭く、深く (narrow and deep)」という哲学をもって原料の調達先とブランドの価値観を共有し、共に成長していくパートナーシップ及びサプライチェーンを構築する。

2010

革新的な機能ベースレイヤー、新コレクション「GT」を立ち上げる。上質なメリノにライクラを組み合わせることによって、類まれなフィット感を実現。

COMFORTABLENESS

独自の優れた使い心地

洗濯機で洗え、簡単な手入れ

洗濯機で通常の弱アルカリ性洗剤を使って洗うことができる。普通のウールのような手洗いや柔軟剤は不要。洗濯機で定期的に洗うことで、生地が回復する効果もある。洗濯後は吊って干すか、椅子の背もたれなどに掛けて自然乾燥するだけ。縮みの原因になるため乾燥機は使用しない。アイロンなしでも形が戻るため、旅行にも最適。

毛玉になりにくい

ニュージーランドの南アルプスで生まれた世界最高品質のメリノウールからつくられている。その繊維は長く、強く、耐久性があり、使い込んでも柔らかさを保ち、毛玉になりにくい特長を備えている。

サラッとした着心地

メリノウールは吸湿性に優れ、衣服内の湿度を低く快適に保つことができる。また、高い撥水性によって汗をかいてもベタつかずサラッとした着心地。

UV 対策にも最適

メリノは原毛の段階から紫外線遮蔽率の高い素材。Icebreakerは一番薄い製品の淡色系でもUPF（紫外線保護指数）15以上、中間色でもUPF50以上のプロテクション効果がある。

カットソーのようなシルエット

体に張り付くタイトフィットではなく、1枚で着られるカットソーのようなシルエット。だから着心地は快適。また、アクティブに動いても裾まくれしない適度な長さの袖が特長。袖丈が長過ぎない日本人の体型に合わせたタイプも。

チクチクしない

伝統的なウールは繊維が太くて粗いのでチクチクするが、Icebreakerの繊維は極細で上質。肌に当たっても柔らかく曲がるので、チクチクせずに快適。幼児が着ても大丈夫なほど肌に優しい素材。



We believe
nature is
better than
plastic

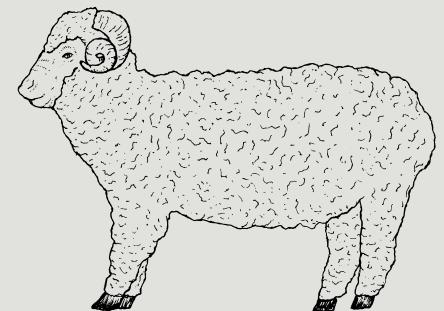


ABOUT

FUNCTION

メリノウールの機能性

- Incredible next-to-skin softness
- Keeps you warm in winter and cool in summer
- Moisture-wicking and quick-drying performance
- Prevents bacterial growth for natural odor resistance



薄手でありながら保温性と湿度調整に優れたIcebreakerの原材料は、ニュージーランドの南アルプス標高1800mで育てられるメリノ種羊の原毛。寒暖の変化が激しい過酷な高地で暮らすメリノ種羊には自然のプロテクションが備わっている。気温35度にもなる夏は、きめ細やかなウールの高い通

気性が羊の体温を適正に保ち、冬は分厚いウールの層がマイナス20度の寒さから羊の体を守っている。そんな自然が生み出したメリノウールの高い機能性を利用したのがIcebreaker。その繊維は石油からではなく、牧草と水、そして太陽が作り出したものであり、再生可能で生物分解性も備わっている。

1 ソフトな肌触り

Icebreakerのメリノウールは、太さ17~19ミクロンという世界最高品質のスーパーミクロファイバー。繊維がとても上質で、細くて柔らかく肌に優しいので、普通のウールのようなチクチク感がない。

2 吸湿性と湿度管理

繊維自体に高い吸湿性を持つメリノは、汗をかく前の段階から体が発する水蒸気を吸収して大気中に発散させる。また、運動してかいた汗は毛管現象で吸い上げて気化させるから、肌はいつもドライで快適に保たれる。

3 理想的な温度調節

寒い時は、肌面の水分を吸収する際の吸着熱と体温が、極細繊維の作り出す多くのエアポケットにため込まれる。暑い時は、汗の蒸発による緩やかな気化冷却によって、快適な衣服内温度に調整。

4 天然の抗菌防臭効果

汗には脂肪と塩分の混合物が含まれ、これは雑菌の繁殖を促す原因。つまり、嫌な臭いの元。メリノウールの繊維は雑菌が付着しにくい性質なので、臭いが発生にくく、洗濯せずに何日間も着用することができる。

VOICE

Q&A with Portlander

ポートランダーに聞いた街のこと、アウトドアクティビティのこと

全米で住みたい都市No.1と言われるアメリカ北西部に位置するオレゴン州ポートランド(人口約60万人)。毎週約400人が移住してくるというこの街には、クリエイターが多く住み、人々はサステナブルで身の丈に合った上質な暮らしを求めている。都市部から自然へのアクセスの良さもあり、アメリカにおけるアウトドアクティビティの中心地でもある。



Jogging

Elissa O'Brien

Product Development Lead
- Women's Apparel
www.icebreaker.com



Farmers Market

Gina Parisi

Sports Physio and
Acupuncturist Assistant



Working in Workshop

Michael Erspamer

Design / CNC / Fabrication / restoration
mikeerspamer.com

① I love the access to the outdoors Portland, OR offers. In an hour I could be snowboarding at Mt. Hood or surfing Short Sands at the coast. When I feel the city starting to hold me in its grip, I easily escape to the woods to be present in the natural beauty for a night. The inhabitants of Portland are diverse in their passions, creating a unique culture to discover.

② I think it's important to have a beautifully designed piece that functions at the highest level. Modern, sleek designs with the best natural fibers.

高いレベルで機能し、同時に美しくデザインされたものであることが重要だと思います。最高の自然素材でできていて、モダンでスマートなデザインであること。

③ I feel most relaxed when I'm in nature. I love being out in the forest with my family or in the ocean catching waves.

一番リラックスできるのは自然の中にいる時。家族で森に出かけたり、海で波に乗ることが好きです。

④ I love the food carts, the warmer winter weather, the soccer, art and design communities here! Everybody wants to be here, and we show collective support of each other.

ポートランドのフードカートが好き。それから、温暖な冬の気候、サッカー、アート、デザイン、コミュニティ。みんなが助け合っていける、誰もが愛する町です。

⑤ Fit and function are always better than the clothing's overall form, but that's not to say aesthetic design isn't an important quality.

体にフィットして機能的であることが、フォルムよりも重要。だからといって、デザイン性が重要ではないということではありません。



Scene

Name

Job

Website address

Questions

① Things you love about Portland.
ポートランドの好きなところ

② Activities(Sports) you do the most often.
よく行なうアクティビティ、スポーツ

③ What would be the things that you would require most for clothes. Design? function?
or...?

自分が着るものに求める一番の条件

④ When would you feel most relaxed?
生活中で緊張がほぐれ、穏やかな気持ちになる(icebreakingな)瞬間

Trail Running
Gregory Gourdet
Executive Chef
departtureportland.com

Mountain Biking
Barry O'Connor
Manager at Fat Tire Farm
www.fattirefarm.com

① The natural surroundings. I can be in the forest or on a mountain or at the beach on the Pacific Coast at any time. I love how Portland is such an amazing outlet for creativity. Portland is the type of place where you can follow many dreams and work a little to make them reality. Life is very good here.

自然に囲まれた環境。いつでも森や山、太平洋岸のビーチで時間を過ごすことができます。

そして、様々な素晴らしいクリエイティビティを体現できる町であること。ポートランドでは多くの夢を追いかけることができ、少しだけ頑張ればそれを実現できる。ここでの生活は最高です。

② I spend most of my time mountain biking around Mt Hood and the Coast Range in Oregon and in the Southwest Washington Cascades. In the winter, I ride whatever isn't under snow.

ほとんどの時間をマウントフッドやオレゴンの海岸、南西のワシントンカスケードでマウンテンバイクに乗っています。冬でも、雪に負けず乗ります。

③ When I'm riding my bike in the mountains, I can completely Zen-out. Everything fades from my mind to focus on riding and enjoying the wilderness.

山の中で自転車に乗っている時。完全に開放された気分になります。頭からすべてが消えて、ライディングに集中して大自然を満喫できるんです。



Skating

Spencer Staley

Founder and Creative Director of
The Good Mod
thegoodmod.com



Working in Office
Michael Thomas Major
Digital Production Designer
Graphic Designer
www.majordesign.co

① I think good design is something that you don't always notice. It just was thought out and doesn't stick out. It just seems right. 良いデザインというのは、それに気づかないことが多いあります。良く考えられていて、同時に目立たない。そのデザインが「正しい」ということなのです。

② After having a good productive day full of Designing and some sport. Then having a good dinner or something with my Family and Friends.

デaigninワークやスポーツをして有意義な一日を過ごした後。それと、家族や友人と美味しいディナーを食べたりすること。



Hiking
Marcus Lathan
Wholesale Customer Service
www.icebreaker.com

③ Fit is most important to me. I choose comfort before style. 体にフィットすることが一番大切なこと。スタイルの前に快適さを選びます。

④ I am most relaxed when I am alone and in a sunny place. I enjoy this the most as I can think and watch people.

日当たりの良い場所で一人でいる時が一番リラックスできる。そうしているときは、ゆっくり考えることも、人間観察することもできますから。



Cafe

Jules Brown

Shop Clerk at West End Select Shop
westendselectshop.com

② I do yoga almost every day in a studio in the pearl district and I cycle around the city daily.
パールディストリクトのスタジオで、ほぼ毎日ヨガをしています。それと日常的に、自転車に乗っていますね。

④ I feel relaxed cycling whilst listening to a radio play in one ear! Going over the bridge makes me feel uplifted and gives me energy to continue the day ahead.

片耳(!)でラジオを聴きながら自転車に乗っている時。特に橋を渡る時は気分がすごく高まって、1日を乗り切るエネルギーがわいてくるんです。



Bike Fixing

Abraham Sutin

Owner of Abraham Fixes Bikes
abrahamfixesbikes.com

④ I am most relaxed on my bike when I am alone on some dirt road riding through Oregon's desert. My bike is a symbol of independence. But it is something I rely on. So I am reminded that I need tools and people and food. I appreciate my relationship with my bike. I like that my bike treads so lightly on the world and that I fuel it with food that is simple to grow.

最もリラックスするのは、一人で自転車に乗って、オレゴンの砂漠の凹凸道を走っている時。自転車は僕にとって独立の象徴。信用できる相棒でもあります。そして、人生には乗り物と人、食べ物が必要だということを思い出させてくれる。だから自転車には感謝もしています。シンプルに育ったものを食べて燃料にして、自転車で大地を軽やかに走っていれば最高ですよ。



Bouldering

David Lewis

Customer Service Representative
www.icebreaker.com

① Everyone is so friendly. You'll rarely come across an angry face or a honking car. Cars literally yield to bikers in all situations. Plenty of bike lanes and drivers are very aware of bikers. Between the gorge, Mt. Hood, and the Pacific coast, there is no shortage of beautiful places to explore and escape to.

みんなフレンドリーで、怒った顔やクラクションをならす車に出くわすことは稀です。車はどんな時でも自転車を優先する。バイクローンが多くあり、ライバーたちは自転車乗りにとても気を配っています。渓谷、マウントフッド、太平洋岸の間には、探検したり、エスケープするための場所に事欠きません。



Yoga

Emily Light

Yoga teacher
emilylightyoga.com



Relaxing

Dan Purvis

Barista of Stumptown Coffee Roasters



Relaxing

Lauren Danson

CEO of Mizuba Tea Co.
www.mizubatea.com

② When I am able I like to go on trail runs. Forest Park has great trails that wind through the luscious forest. Also Mt. Tabor is great for hill running.

行ける時には、トレイルランを行きます。とても心地良い風が吹き抜けるフォレストパークのトレイルは素晴らしい。マウンテンバイクもヒルランニングには最適ですよ。

④ I feel the most relaxed right after a long run. I get the runner's high and I love it!

長い距離を走り終えた後の「ランナーズハイ」になっている時間が、とてもリラックスできて大好きです。

② I'm a huge runner. Dan & I love running trails and hills in Forest Park, and when I need to get a short run in I'll do a big loop in Laurelhurst park. Oh! But of course it's classic to run by Portland's river! I'll do a big 6 mile loop from under the Hawthorne Bridge on the Springwater Corridor, cross the river on the Steel Bridge, and run on the bank until I get back home to Hawthorne!

私は走ることが大好きなんです。パートナーのDanと一緒にフォレストパークのトレイルや丘を走ります。短い距離を走りたいときにはローレルハーストパークの大好きな一周を。川沿いを走ることもあります。スプリングウォーターコリドーのホーソンブリッジの下からスタート、スティールブリッジで川を渡り、川岸を家があるホーソンまで、約6マイルの距離を走るんです。



 **icebreaker®**
MERINO

www.goldwin.co.jp/icebreaker/

GOLDWIN INC.

0120-307-560

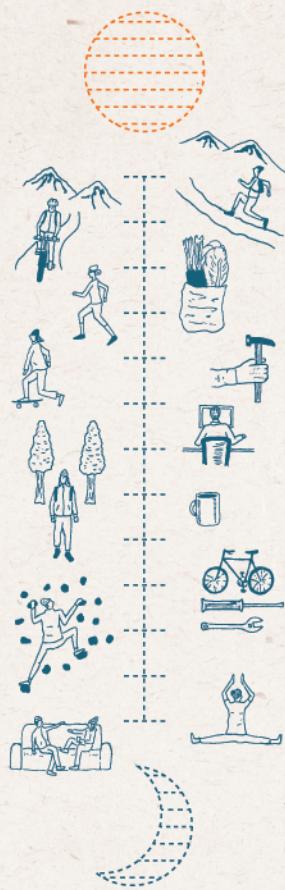
Edit
Media Surf Communications Inc.

Art Direction, Design and Illustration
Shinpei Onishi

Photo
Christine Dong
Arthur Hitchcock

Copyright© 2015 GOLDWIN INC. All Rights Reserved

A
DAY
WITH
icebreaker




icebreaker®
MERINO