

秋冬のマラソンシーズンに「完走」を目指そう！

マラソンマスター クリニック

2017年9月10日(水)・9月24日(水)・10月22日(水)・11月5日(水)
 開催時間 11:00~14:00 (開場時間10:30から11:00まで受付開始となります)
 会場 神戸みなと温泉 蓮 (神戸市中央区新港町1-1)

いよいよ秋のマラソンシーズンが到来！神戸マラソンや大阪マラソンをはじめ、マラソン大会で完走を目指す方、自己記録更新を目指す方など、経験者から上級者まで幅広いランナーを対象にしたクリニックを開催します。実技では、効率よく走るための姿勢や歩幅向上に向けたトレーニングなどを実施。あわせて、完走に向けたトレーニングの組み立て方や本番までの調整方法など全てを学ぶ講義も行います。さあ、それぞれの目標達成に向けて、一緒に楽しく学び、走りましょう！

【講師】ミズノ ランニングクリニックコーチ / 内野 雅貴氏

主な競技実績
 ◆フルマラソン自己最高 3時間16分09秒 (2009年国際陸上競技大会)
 ◆元神奈川大学陸上部主将
 船橋駅5区、7区、10区で3度出場
 ◆2014 第50回ニニニマラソン石ノ門トロピカルマラソン 優勝
 ◆2015 将州国際マラソン 優勝
 ◆2016 羽生ハーフマラソン 優勝 ほか

ミズノが全国で展開するランニングクリニック。走り方教室、運動指導では、子どもから大人まで幅広いランナーに合わせた指導を行っています。ランニングの指導経験が豊富で200回を超える、自らも完走経験があるランナーとして様々な国際マラソン、市民マラソンに出場している。

対象 18歳以上(高校生不可)
 内容 ①講義 ②実技 ※詳しい内容は、お申し込みください。
 定員 各回25名(先着順)
 参加費 1回 8,000円 ※お申し込みの時点で、必ずお申し込み番号および開催日時をお申し込みください。
 申込方法 お電話でのお申し込み
 ※お申し込みの際は必ずお電話でお申し込みください。
 ※お問い合わせは、必ず「連絡先」をお知らせください。

神戸みなと温泉 蓮
 〒475-0011 神戸市中央区新港町1-1
 Tel: 078-343-2008 https://www.moshibon.com

第4回 ミズノ マスターマラソンクリニック

神戸みなと温泉 蓮とミズノの合同クリニックです。ミズノのランニングコーチがランニングに関する講義・実技の指導を本格的に行います。ランニング後は天然温泉につかって疲れた身体を癒していただき、心身ともにリフレッシュしましょう！

イベント名	第4回 ミズノ マスターマラソンクリニック
開催日	2017/11/5
受付開始	10:30 ~
申込料	1 クリニック利用 8,715円
支払方法	会場払い
参加定員	20人
開催場所	神戸みなと温泉 蓮
住所	兵庫県神戸市中央区新港町1-1
主催者	神戸みなと温泉 蓮
お申し込み	イベントへのお申し込みはこちらのサイトから！ https://moshicom.com/11264

