

この事業は、公益財団法人東京都スポーツ文化事業団が支援しています

走る女性ってきれい！

Be  
**美ランニング**体験会

第1部 9:00～10:00  
セミナー『内から外から美しくなる♪美ランニング』  
講師:林 幸枝

第2部 10:00～11:00  
体験ランニング『今日から始めるランニング』  
指導:平塚 潤

日 時: 7月8日(日)9:00～11:00  
場 所: 田園調布せせらぎ公園 多目的室  
対 象: 成人女性  
定 員: 30名(先着)  
参加費: 無 料  
申込み: 田園調布グリーンコミュニティ事務局  
☎ 03-6715-6866  
✉ info@den-green.com  
締 切: 7月5日(木)

～特別講師プロフィール～  
平塚 潤(ひらつか じゅん)  
世界陸上1000m日本代表  
アジア大会(0000m)銀メダル  
箱根駅伝(区2区、2区)  
5000m(5分58秒)  
10000m(7分55秒)  
マラソン(半程)0分51秒  
40歳年長マラソン日本記録(時間)2分19秒  
元城西大学男子軟式部監督  
現城西大学准教授

～プロジェクトリーダー～  
林 幸枝(はやし ゆきえ)  
株式会社アンソニービー代表  
歯学博士  
ランニングドクター  
ボクシング女子部部長  
ボクシング女子部

https://www.facebook.com/posical.yoshi/

女性にとってのランニングは、健康で豊かな生活を彩らすアクティビティで最良。「美脚」「健康」「エイジングケア」と、女性としての自分らしさ、美しさを高めてくれます。  
そんなランニングの効用はわかっていても、ランニングには興味があってもまだまだ走りたくない、ランニングは始めているが大変まで「苦手……」  
そんなビギナーを対象に、体験イベントやセミナーを通して、走り出すきっかけを作ると共に、みんなで走りながら女子力アップを目指します。

〒145-0071 東京都大田区田園調布3-30-15 田園調布緑地会館内  
TEL:03-6715-6866 FAX:03-6715-6876 E-mail: info@den-green.com  
http://www.den-green.com

## 美ランニング体験会

ビギナーを対象に、体験イベントやセミナーを通して、走り出すきっかけを作ると共に、みんなで走りながら女子力アップを目指します。

イベント名	美ランニング体験会
開催日	2018/7/8
受付開始	8:50 ~
申込料	美ランニング体験会 無料
参加定員	15人
開催場所	田園調布せせらぎ公園 多目的室
住所	東京都大田区田園調布1-53-10
主催者	一般社団法人田園調布グリーンコミュニティ

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/17621>

