カーボンプレートを搭載したシューズは、なぜスピードを生み出せるのでしょうか？

走歴40年、シューズ販売歴約25年。現在もフルマラソン2時間34分台の「走れるシューズアドバイザー」、藤原岳久さん(51歳)が、カーボン入りランニングシューズの特徴と魅力を解説してくれました！

—— カーボンシューズの機能を生かす走り方やトレーニングは?
—— カーボンシューズで走りづらいというランナーへのアドバイスは?
—— 自分に合うカーボンシューズを見つけるポイントは？

毎週水曜開催 /シューズを履きこなすトレーニング/シューズアドバイザー藤原が講師!

マラソン・レースに向けて厚底シューズを履きこなそう「シューズアドバイザー藤原」が講師!!
ランニングは道具や身体をうまく使いこなすことが大事! そのコツも教えます。毎週木曜昼・金曜夜湘南ひらつかにて開催しています。当日のドタ参加も可能です！

イベント名	毎週水曜開催 /シューズを履きこなすトレーニング/シューズアドバイザー藤原が講師!
開催日	2022/12/14
受付開始	19:15 〜
申込料	ナイトラン 1,500円
支払方法	クレジット決済
参加定員	10人
開催場所	申込者のみに公開
住所	神奈川県平塚市
主催者	F☆RUNNING 藤原商会
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/78939