

アシックススポーツチャレンジ ランニング教室

マラソン元日本代表に学ぶ、ランニングに必要な動きづくり



講師 中村友梨香さん

プロフィール

2008年 名古屋国際女子マラソン優勝

2008年 北京オリンピック女子マラソン出場

2009年 ベルリン世界選手権 女子10,000m 7位入賞

自己ベスト：マラソン 2時間25分51秒 10,000m 31分31秒95

国際陸上競技連盟公認 レベル1 コーチ取得

現在は 『NOBY T&F CLUB』 のコーチとして活動

- 《日時》 2024年 2月12日(月祝) 10:00~11:30 (9:30 受付スタート)
- 《場所》 神戸総合運動公園 補助競技場 ※雨天中止
- 《料金》 無料
- 《内容》 ストレッチやトレーニングなど ランニングに必要な動きづくり講座・お悩み相談タイム
- 《対象》 18歳以上
- 《定員》 先着100名 定員に達し次第受付終了
- 《持ち物》 水分・タオル・動きやすい服装でお越しください

お申込みはこちら

受付期間

1月12日(金) 12:00
~2月8日(木) 12:00

