



プロランニングコーチ・金 哲彦の

連合三田会ランニングクリニック

健康志向の高まりとともに到来したランニングブーム。手軽に始められる反面、初心者ランナーがケガや体調不良に陥るケースも見受けられています。

そのようなランニング初心者のために、ニッポンランナーズ理事長・プロランニングコーチの金 哲彦さんを講師に迎え「ケガをしない正しいランニングフォーム」を指導していただきます。

ランニング初心者の方やランニングを始めたいと思っている方など、多数のご参加をお待ちしています。

【開催概要】

会場	陸上競技場
時間	第1回 11:00～12:00 (予定)
	第2回 14:00～15:00 (予定)

【事前募集 - 注意事項】

- ※運動ができる服装、スポーツシューズをご用意ください。
- ※先着順に受付。希望者多数の場合は、参加いただけない場合があります。
- ※参加者の事前募集枠があります。

参加を希望の方は、お名前・年齢・性別・連絡先
(電話・メール)を明記の上、こちらのアドレスまで、
メールでお申し込みください。

renmita2014running@gmail.com

【講師】

金哲彦 氏

NPO 法人ニッポンランナーズ理事長

プロランニングコーチ

元 日本陸上競技連盟 女子長距離マラソン強化部長

