

2012.3.24 sat ~ 裸足RUNイベント開催!



ランニング講師
吉野 剛

日本ベアフット・
ランニング協会 理事長

日本における裸足RUNの第一人者であり裸足走法の研究者。サンディエゴ州立大学修士課程で裸足ランニングの研究を行い、現在アメリカで裸足RUNのブームの火付け役となった1人としても数えられる。2007年12月には全米で有名な『Wall Street Journal』の表紙を飾る。近年はテレビやラジオの出演など各メディアからも注目され、『裸足ランニング ~世界初! ベアフット・ランナーの実用書~ (ベースボール・マガジン社)』を執筆など多方面で活躍中。

EVENT-1 [time] 10:00~11:30 ビブラムで走ろう! in 福岡

主催/スーパースポーツゼビオ福岡木の葉モール橋本店
協力/Barefootinc Japan株式会社

Fivefingersに興味がある方や、純粋に一度は履いてみたいと思っている方にお勧めの試し履きイベントになります。当日は裸足ランニングの第一人者の吉野剛さんをお招きし“人体のテクノロジーを活かす裸足ランニング”と“ビブラムファイブフィンガーズの効果”について分かりやすく講義し、体や足の正しい使い方を実際に運動しながら学んでいきます。

【集合場所】大濠公園 児童公園(東) 【参加費】無料
【定員数】30名 【持ち物】5本指ソックス

お申し込み・お問い合わせ・詳細スケジュールは こちらまで

tel.092-811-8290

スーパースポーツゼビオ
福岡木の葉モール橋本店 (担当: 柏木・鈴木)



EVENT-2 [time] 11:30~13:00 裸足 DE RUN! in 福岡 ~実践編~

主催/日本ベアフット・ランニング協会
協賛・協力/スーパースポーツゼビオ福岡木の葉モール橋本店、Barefootinc Japan株式会社

裸足DE RUN入門編を受けた方や、実際に裸足やビブラムファイブフィンガーズで走った事のある方にお勧めの実践編。実践編ではより走り方を効率よくしたり、体で衝撃を吸収したりするための体の使い方を学びます。是非お気軽にご参加ください。

【集合場所】大濠公園 児童公園(東)
【定員数】30名
【参加費】一般 1,500円 (裸足ランニングクラブメンバー: 1,000円)
【持ち物】長めのタオル(あれば結構です)

お申し込み・お問い合わせ・詳細スケジュールは 日本ベアフット・ランニング協会 まで

<http://www.hadashirunning.jp/>

さらに、アウトドア系イベントも開催します!

2012.3.25.sun

EVENT-3 朝から夕方にかけてトレラン&温泉&食事会交流イベント

EVENT-4 カフェ・ギャラリーにてアウトドア・裸足交流イベント

企画中、詳細は公式HPにて近日発表!!

www.hadashirunning.jp

