

メディアご担当者

報道ご担当者 各位

見るだけで、完走・好タイム！ “ゼロ”から大会を目指すランニング上達アプリ 『ランナーズサプリ』iPhone アプリ版リリース

IT農業、ヘルスケア事業をビジネス展開している株式会社ファインシード(本社:東京都渋谷区、代表取締役社長:頼定 誠)は、スポーツ教育動画プラットフォーム「s-suppli(サクセスサプリ)」シリーズの第2弾マラソン・ランニング上達動画アプリ『ランナーズサプリ』iPhone アプリ版の配信を開始したことをお知らせ致します。



■ マラソン・ランニング上達動画アプリ『ランナーズサプリ』とは

国内のランニング人口は約 1000 万人(※1)と言われ、今やランニングは大会を目指すスポーツ競技としてだけでなく、日々行う健康・美容習慣として幅広く定着しています。一方、ランニングを始めても「肉体的な疲労」や「怪我」が原因で約 7 割の方が 6 ヶ月未満で挫折している(※2)といった調査結果もあります。

ランニングはいつでも一人でスタートできるスポーツです。近くの公園を走り始め、多くの方がマラソン大会を目指しますが、基本的な走り方やトレーニング方法を教わる事なく走りはじめ、無理を重ねた結果、怪我や疲労でランニングそのものを挫折してしまうケースも多いのも事実です。

そこで「ランナーズサプリ」では“ゼロからマラソン大会を目指せるランニング上達アプリ”として、これからランニングやジョギングをはじめる方や基礎からしっかり学びたい方が、遠回りや怪我をせず最短でマラソン大会を目指せる講座動画を取り揃えました。※1 笹川スポーツ財団調べ ※2 デザント調べ

【こんな方にオススメ】

- ランニングやジョギングを始めたばかりの方／初めてのマラソン大会に出ようとしている方
- 大会での記録が思うように伸びない方／大会やランニングでいつも怪我や痛み悩まされている方
- 大会直前にトレーニング方法やテクニック、ランニングフォームの確認をしたい方

【講座紹介(一部)】

①ゼロから始めるランニング講座～JMCメソッドによるステップ・バイ・ステップ上達法～



これからランニングをはじめる！基礎からしっかり学びたい！という方のための「ゼロからはじめる基礎講座」。靴やウェア選び、ランニング前後のストレッチ方法、走り方の基礎となる姿勢や腕ふり、脚の運び方等、遠回りや怪我をせず最短で大会を目指せる講座です。

提供者：Japanマラソンクラブ 代表牧野仁が指導する市民ランナー向けスクール。対象を初心者に絞り、走ることばかりでおろそかになりがちだった「基礎」を伝えることでランニング・ジョギングを生涯スポーツとして啓蒙している。これからランニング始めたい方からレベルアップ、マラソン完走まで“走る”を全国各地で指導している。

②“プロのコーチが教える”ランニングシューズ選びの「コツ」



シューズはランニングにおける唯一の道具です。サブ3で走れるプロのシューズフィッティングアドバイザーがスバリ！ランニングシューズの選び方の“コツ”を教えます。

提供者：藤原岳久（ランニングシューズフィッティングアドバイザー） F・Shokai/藤原商会代表。日本フットウェア技術協会理事。ナイキ、アシックス、ニューバランスの販売部門を15年経験。現在サブ3で走れるランニングシューズフィッティングアドバイザーとしてランニングクラブ、イベントでシューズの選び方・履き方アドバイスの活動を全国で行っている。東京マラソン(2015年)2時間35分58秒。

③“No.1ランニングコーチが教える”マラソン「体幹スイッチ」トレーニング



走る前に行う！初心者からフルマラソン完走者まで“全て”のランナーを变身させてきた大人気ランニングセミナー「体幹3Sメソッド」を大公開。「体幹」を使えるようになれば、記録が伸びる！ケガが予防できる！あなたの走りとは身体は劇的に変わります。

提供者：青山 剛（プロフェッショナル・ランニングコーチ）日本体育大学在学中にトライアスロンのプロ活動をスタート、世界選手権日本代表に選出される。コーチ転身後は選手をアテネ五輪日本代表、日本人初の世界ランニング5位へ導く。2005年からは、自身の経験や指導実績をメソッド化したパーソナル指導「TeamAOYAMA」を主催。全国各地でセミナー、講演、教室を開催し書籍、DVDのなど著書多数。

【ランナーズサプリの使い方】

- 講座は目的に応じてカテゴリーに分類されています。ご自身のレベルや目的に合った講座を視聴して下さい。
- 講座は、2～3分の短い動画で構成されています。1つ1つ練習をしながら視聴することをお勧めします。
- 重要な動画や何度も視聴する動画は「お気に入り」に登録し視聴することができます。

【アプリ概要】

サービス名： 『ランナーズサプリ』 ※登録商標出願中
提供方法： App Store 無料アプリ(カテゴリー：スポーツ)
Google play 無料アプリ(カテゴリー：スポーツ)
Web 版 URL: <http://runners.s-appli.net>
提供料金： 見放題コース各種 480 円～/月額



■株式会社ファインシード 会社概要

「人と人をもっと近くに！」を企業理念に、様々なコミュニケーションプラットフォームを開発、提供しております。

名 称： 株式会社ファインシード（URL: <http://www.fineseed.net/>）

所在地： 〒150-0011 東京都渋谷区東一丁目 26 番 30 号 渋谷イーストビル 4 階

代 表： 代表取締役社長 頼定 誠

本リリースに関するお問い合わせはこちらまで

株式会社ファインシード 担当：室井 contact@fineseed.net

TEL : 03-5766-1770 Fax : 03-5766-1780