

効率的なフォームで楽しく走ろう！

ミズノ ランニング教室



◆申込はこちら！



らくらく走法 マラソン大会挑戦 身に着けよう！

はじめの一歩に！

場所 ■ 会場：大井ふ頭中央海浜公園 陸上競技場
集合：大井スポーツセンター（管理棟）

日時 ■ 2026年 6月27日(土) 15:00～16:30
※雨天中止（2日前正午の天気予報で判断）

受講料 ■ 550円 ※税・保険込
※参加費は当日朝 大井スポーツセンター受付にてお支払いください
※つり銭の無いようご用意をお願いいたします

対象 ■ 18歳以上の方（初心者大歓迎）

講師紹介



川邊 俊宏（かわべとしひろ）

ミズノランニングクリニック（初級）講師
フル、100kmマラソン多数完走
アイアンマン・トライアスロンAUS完走
神奈川トライアスロン・age1位経験

最近ランニングを始めた方、マイペースを身に着け笑顔で長く走りたい方に『コツ』を伝授！

※陸上トラックを約2、3キロ、楽なペースを見つけて走ります。自己流からの脱却をサポート！日頃の悩みをお聞かせください。

- 動きやすい服装、運動靴、飲み物、タオルをご持参ください。
- 定員は15名です。（先着順）

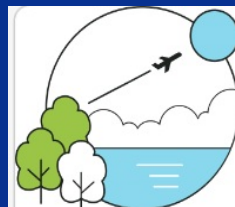
※お申込みの際にご提供いただく個人情報、厳重に管理いたしますが、当グループ主催イベントの案内等を送付する場合がございます。予めご了承ください。



大井スポーツセンター

TEL：03-3790-2378

〒140-0003 東京都品川区八潮4丁目1-19
都立 大井ふ頭中央海浜公園 スポーツの森



Tokyo South Seaside Parks

海上公園南部
みらいパートナーズ