

2012.2.9 ビブラムで走ろう! in 八千代

主催／スーパースポーツゼビオ フルルガーデン八千代店

ファイブフィンガーズに興味がある方や、純粋に一度は履いてみたいと思っている方にオススメの試し履きイベントを行います。開催日は、2月9日(木)です。

当日は裸足ランニングの第一人者である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ていただき、身体や足の正しい使い方を、実際に運動しながら楽しく学んでいきます。

【開催日時】 2012年2月9日(木) 21:30~23:00

【集合場所】 スーパースポーツゼビオ フルルガーデン八千代店

【スケジュール】 21:15 集合・受付
21:30 「裸足ランニングとファイブフィンガーの効果」講義
22:15 ビブラムを履いての走り方講習
23:00 終了

【定員数】 30名

【参加費】 無料

【持ち物】 五本指ソックス、運動ができる服装

【申込受付】 フルルガーデン八千代店 Tel.047-405-6820 (担当:廣瀬)

【緊急連絡】 Tel.080-1184-5461 (当日のみ)

【基本事項】 ・雨天決行・荒天中止です。
・運動のできる格好でお越しください。
・貴重品などはロッカーにお預けください。盗難による責任は一切負いません。

【注意事項】 ・体調管理や怪我については自己責任とします。事前に誓約書をご確認ください。
・参加中に被った盗難、怪我、事故、損害、事件などについては一切責任を負いませんので、参加者各自でご注意願います。
・任意でのスポーツ保険へのご加入をお勧めします。

【講師】



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～(ベアスポール・マガジン社)」を執筆など多方面で活躍中。

主催／スーパースポーツゼビオ フルルガーデン八千代店

協賛・協力／Barefootinc Japan株式会社 (Vibram Fivefingers総代理店)