



オーエンス健康フラザで ランニングクリニック！ 参加者追加募集の お知らせ

【講師紹介】 浅井 えい子氏 日本体育協会公認 陸上競技コーチ



★主な記録★

1986. 01 ソウルアジア大会 2時間41分03秒【優勝】

1988. 09 ソウルオリンピック 2時間34分41秒

1994. 03 名古屋国際女子マラソン 2時間30分30秒【優勝】

マラソン自己ベスト:2時間28分22秒(1993年3月名古屋国際女子マラソン)

現在は、各地のレースに参加する傍ら、子どもから市民ランナーまでの幅広い層を対象にランニング教室などを行い、LSD理論(時間をかけて、ゆっくりと、長い距離を走る)を広めることに力を注いでいる。

帝京科学大学客員教授。陸上競技公認コーチ
国際陸連 CECS レベル1
著書「ゆっくり走れば速くなる」(ランナーズ社)



開催日時 1月26日(土) 10時~12時

開催場所 大丸公園・外来健診棟2階講座室

対象 16歳以上の健康な方
(ランニング初級者)

参加費 2,000円

定員 10名(先着順)



【申込み方法】

フロントまたはお電話でお申し込みください

申込先・お問合せ オーエンス健康フラザ
042-370-2280(水曜休館)

申込み期限…1月24日(木)

1~3月 全10回 開催の健康
ランニングクラス内での
ランニングクリニックです
定員に空きがあるため特別
に追加募集!!