

江東湾岸まつり2018

千葉真子



魅力百様、江東区。
Koto, Tokyo

ランニング攻略塾

2018/11/10(土)開催!



**アトランタ五輪1万メートル5位入賞。
スポーツコメンテーター千葉真子さんが、
ランニングの基礎を丁寧に指導!**

千葉真子さんが、ランニングの楽しさをお伝えします。
準備体操から正しい走り方・ペース配分などランニングの基礎から丁寧に
ご指導いたします。ぜひ、ご参加ください!!

ローソンDo!スポーツにて **エントリー受付中!**

2018/9/10(月)~10/31(水)まで



○主催 一般社団法人 江東区観光協会
○後援 江東区
○協力 スポーツニッポン新聞社
○運営 (株) スポニチプライム・(株) スポーツビズ
○日時 平成30年11月10日(土)
AM10:45~PM13:15(開・閉会式・準備体操含む)

<https://do.l-tike.com>



○場所 豊洲公園・豊洲ぐるり公園
○対象 ランニング愛好家(初心者大歓迎)
・5K程度のジョギングに耐えうる運動能力を持つもの
・親子ペア参加は児童が2K程度のジョギングに耐えうる
運動能力を持つもの

○参加費 ◇ソ □ 1,500円
◇親子ペア(小学生) 2,000円

○定員 120名(先着)



千葉 真子

1976年京都府宇治市生まれ。96年アトランタオリンピック1万メートルで5位入賞、97年アテネ世界選手権1万メートルでトラック初となる銅メダルを獲得するなど、日本女子長距離界のトップ選手として国際舞台で活躍。その後03年パリ世界選手権マラソンで銅メダルに輝き、トラック、マラソン両種目のメダルを手にした。現在は、ゲストランナーとして各地のマラソン大会に出演する他、講演会、メディアなどで活動。また、2010年にランニングクラブを立ち上げ、市民ランナーの指導や普及活動も積極的に行っている。2011年結婚、2児の母として子育てにも奮闘中。

スポニチプライム

