

NSVA 主催 宇佐美彰朗のランニング・クリニック

2012年1月開催 受講者募集

この企画が大好評で担当者としてはうれしい限りで、感謝です！

今、ランニングが皆さんの周囲で広がりとなっていますが、“うまく走れない原因に気がついてますか？ それを一緒に追求しましょう！”

また“自己流のまま、ついつい停滞気味！？”などの方々にお勧めしています！

このクリニックは「本人自身がランニングの基本に向き合い、その分析力を養い故障を未然に防ぎ、競技力を向上させ、そしてランニングの美しさを追求する」欲張りのものです。

受講者それぞれのランニングフォームをビデオ撮影し、宇佐美彰朗が長所欠点を指摘、トレーニング方法など含めたアドバイスを解説付き DVD で差し上げます。

記

◎開催日時：2012年1月29日（日） 13：30集合～16：30終了

◎開催場所：新宿区四谷・四谷ひろば <http://yotsuya-hiroba.jp/>

（東京メトロ丸の内線・四谷三丁目駅下車、出口2番徒歩5分）

*軽くランニングできる服装で参加をお願いします。更衣室あり。

*足の線が判る（タイツのような）服装が望ましいです（解説のため）

第一部 グランドでの「ランニングフォーム撮影」と「ランニングの基本指導」

第二部 教室にて、各自のランニングフォームなどを解説、質疑応答。

◎参加費用：○大人@4,000円 ○ご夫婦@7,000円 ○中・高生@2,500円

*小学生は無料、但しDVDの解説はなし。

◎締め切り：2012年1月15日（日）・ただし定員になりしだい締め切ります。

◎申込方法：下記の《必要事項》を記載し fax か Eメールにて NSVA 事務局に申し込み、郵便局にて、料金をお支払い下さい。

【NSVA 事務局】

169-0073 東京都新宿区百人町3-1-6 西戸山タワーハウムズ地下1階

Tel/fax：03-3366-0506 E-mail：info@nsva.or.jp

料金振込先：郵便振替 口座番号：00140-9-407175

NPO 法人 NSVA 宛

《必要事項》 氏名(ふりがな)、年齢、性別、住所、連絡先(電話やメール)

○なお「スポーツエントリー」からの申し込みも可能です。

◆申し込み後、事情により参加できない場合は、事前の連絡にて次回への変更も可能です。