

サトウ食品



NIIGATA CITY MARATHON 2024

サトウ食品 餅は走るチカラ

主催：株式会社新潟アルビレックスランニングクラブ・BSN新潟放送 スペシャルパートナー：サトウ食品株式会社

ランニングクラブ 参加者大募集!!

ランナーのチカラはもっと伸びる！キミはもっと粘り強くなる！

サトウ食品新潟アルビレックスRCコーチを中心に
日本代表経験のあるスタッフが全力でサポート！



監修 前河 洋一

国際武道大学教授
世界陸連レベル1公認コーチ



大島 めぐみ

シドニー・アテネ五輪10000m日本代表
世界陸連レベル1公認コーチ



市河 麻由美

セビリア世界陸上マラソン団体金メダル
日本陸連公認コーチ



近野 義人

広島アジア大会800m日本代表
世界陸連レベル1公認コーチ



松宮 隆行

北京五輪5000m・10000m日本代表
5000m元日本記録保持者

お問い合わせ

株式会社新潟アルビレックスランニングクラブ 「サトウ食品 餅は走るチカラランニングクラブ」 係

〒951-8131 新潟市中央区白山浦1丁目614-5 白山ビル7F

TEL:025-201-7666 FAX:025-201-7656 E-mail info@albirex-rc.com URL http://www.albirex-rc.com

「ランニングを始めるためにいろいろ学んでみたい!」
 「初めてのマラソンで何をしたら良いかわからない」
 「目標達成に向けて基本から学びたい!」
 「新潟シティマラソンにエントリーしようか迷っている…」など、
 餅は走るチカラランニングクラブが様々なニーズにお応えします!

第1回	第2回	第3回
7.7 日	7.21 日	9.8 日
会場: BSN新潟放送	会場: BSN新潟放送	会場: BSN新潟放送
第4回	第5回	+α 本番直前の最終調整 (質疑応答など)
9.15 日	9.28 土	10.6 日
会場: BSN新潟放送	会場: デンカビッグスワンスタジアム	会場: BSN新潟放送

[時間] 10時00分～12時00分 (10/6は10時00分～11時00分)
[会場] BSN新潟放送、やすらぎ堤、デンカビッグスワンスタジアム
[対象] 15歳以上 ※新潟シティマラソン2024にエントリーしていない方も大歓迎!
[定員] 先着50名
[参加料] 15,000円(税込) 保険料込 ※新潟シティマラソン2024のエントリー料は含まれません。
[募集期間] 2024年5月31日(金) 12時00分から ※定員になり次第募集締切

クリニック内容

◎安心のグループ別指導
 ・種目やレベルに応じたグループ分けです
 ・体調やプログラム内容に合わせてグループが選べます

【昨年の実施内容例】
 (座学) 完走に向けたトレーニングの基本と食事(栄養)
 (実技) ・「フォームづくり」「スタミナ強化」「ペース」をテーマにトレーニング法を紹介
 ・けが予防のコンディショニング法 など

丸ごとサポート



丸ごと1 経験豊富な専門スタッフからの全面サポート
 レベルに合わせたグループ指導



丸ごと2 餅はチカラランニングクラブオリジナルTシャツプレゼント
※デザインは検討中
 オリジナルTシャツを着てみんなで走りましょう!

丸ごと3 新潟シティマラソン2024スタート及びフィニッシュ会場大会当日サポートブース
 ●専用の手荷物預かり
 ●ドリンクサポート
 ●コンディショニングブース
※利用は「餅ランクラブTシャツ」の着用が条件となります。



安心してレースに参加できます!

丸ごと4 お疲れパーティー開催! (予定)
 コーチ陣や参加者と楽しく交流!
※別途費用必要



私たちが大会当日までサポートします!



前河 洋一

国際武道大学教授
 世界陸連レベル1公認コーチ

筑波大学大学院修了、日本陸連公認上級コーチ、国際陸連レベル1公認コーチ、健康運動指導士、筑波大学時代に箱根駅伝(5区)出場、訳書は「アドバンス・マラソントレーニング」と「ダニエルズのランニング・フォーミュラ(ペースボール・マガジン社)」、著書「ありそうでなかったマラソンの教科書(ランナース)」など、マラソンベストは2時間19分34秒。



大島 めぐみ

シドニー・アテネ五輪10000m日本代表
 世界陸連レベル1公認コーチ

トラック競技でシドニー、アテネオリンピックに出場、マラソンで2005年の世界陸上ヘルシンキ大会の代表選として団体銀メダル。トラックからマラソンまで幅広く活躍した日本屈指のスピードランナー。アスリートの視点から見た食事法に関しても関心が高く、ジュニア野菜ソムリエジュニア・アスリートフードマイスターの資格を取得。マラソンベストは2時間24分25秒。



市河 麻由美

セビリア世界陸上マラソン団体金メダル
 日本陸連公認コーチ

市立船橋高校と三井住友海上火災陸上競技部では駅伝やマラソンで活躍。日本陸連公認コーチ、NSCA公認パーソナルトレーナー、JAPICAマッドピラティスコーチ、2000年北海道マラソン優勝。都内で定期的に実施しているランニング教室では、ピラティスのメソッドを取り入れて市民ランナーの指導にあたる。著書に「ランナーに効くピラティス(ランナース)」、マラソンベストは2時間27分22秒。



近野 義人

広島アジア大会800m日本代表
 世界陸連レベル1公認コーチ

市立船橋高校一順天堂大学出身。1992年には日本インカレ、日本選手権において800mで優勝。1994年には当時の800m日本記録を樹立(1分46秒90)。また、同年の広島で開催されたアジア大会では800mで5位入賞を果たす。日本陸連の強化委員やランニング普及役員などを務め、現在は新潟アルビレックスランニングクラブのコーチとしてジュニアからトップアスリート、市民ランナーまで指導をする。



松宮 隆行

北京五輪5000m・10000m日本代表
 5000m元日本記録保持者

2006～2008年まで日本選手権の5000m、10000mを3年連続2種目制覇した男子長距離界のレジェンド。2005年には30kmで1時間28秒00秒をマークし当時の世界記録を樹立。また、2007年には5000mで13分13秒20マークし当時の日本記録も樹立。ニューイヤーマラソンなどで活躍し、ニューイヤーマラソンでは史上初の通算20回出場で8度の優勝と5度の区間賞を獲得。



BSNアナウンサー

三石 佳那

BSN
アナウンサーも
皆様と一緒に
走ります!

お申し込みの際の注意事項

- 下記の項目をお読みいただき、ご承諾の上お申込みください。
- 天候によって指導内容が変わる場合がございます。
 - 小雨の場合でも屋外で開催します。着替え等をご準備ください。
 - 安全管理に十分努めますが、事故または怪我に関しては保険の範囲内での対応とさせていただきます。その場での応急処置は致しますが、その後に発生した一切の責任を負いません。
 - イベント開催中の肖像権(写真・ビデオ等)の全てはイベント主催者に帰属するものとし、全てを報酬無しで使用する権利を主催者に委ねることに同意願います。

〈個人情報について〉
 申込書に記載された個人情報は本活動における参加者の管理、緊急時の連絡、案内の郵送や傷害保険の加入、今後の情報のご案内のために限り使用いたします。第三者に開示ならびに上記目的以外での使用はいたしません。

申込方法

エントリーサイト「e-moshicom」より「氏名、性別、年齢、目標タイム、住所、電話番号、メールアドレス、Tシャツサイズ」をご入力いただきお申込みください。
 参加費をご入金いただき、後日、ご登録いただいたメールアドレスへ「参加のご案内」をお送りいたします。



お問い合わせ先

株式会社新潟アルビレックスランニングクラブ
 「サトウ食品 餅は走るチカラランニングクラブ」係
 TEL:025-201-7666(平日9:00~17:00) E-mail:info@albiex-rc.com