

2月

大人の休日倶楽部

JEXERジム×
JEXERジムの会

ジムの会会員様限定

元駅伝ランナー直伝！

大人の 健康ランニング講座

「後半ペースダウンしてしまう…」「フォームが安定しない…」「足が痛くなりやすい…」そんなお悩みありませんか？

走るだけでなく普段の歩き方もラクにする身体の使い方を元駅伝ランナーが伝授します！

参加費

1,100円

(税込)

開催案内

日時

2026年2月17日(火) 11:20～12:40

場所

JEXER×NEXT BASE ATHLETES LAB アトレ竹芝店

定員

20名 ※ 最小遂行人数5名

講師

鈴木悠介

参加費

1,100円 (税込)

持ち物

動きやすい服装・バスタオル・
走りやすいシューズ(外履き)・飲み物

《講師経歴》

日本体育大学ーJR東日本

《主な大会成績》

第89回箱根駅伝 優勝 6区(区間7位)

第90回箱根駅伝 6区(区間2位)

第45回全日本駅伝 3区(区間5位)

都道府県代表駅伝(神奈川代表)出場(3回)



※アトレ竹芝(シアター棟)には自動販売機・コンビニはございません

▼参加申し込みについて▼

ジェクサーWEBサービスよりお申込みください

ジェクサーアプリマイページ ⇒ イベント予約 ⇒ 申込にあたっての同意事項に☑

⇒ 講座コード「20000002」を入力し「次へ」をクリック

⇒ イベント申込ページに進みますので必要事項のご入力をお願いいたします

★お申込み期間 : 2月12日(木) 23:59まで

※申込期限後のキャンセルの場合、返金はございません

☒お問合わせは

jimukai@jresports.co.jp

までご連絡下さい