

2月



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)

《講師経歴》

日本体育大学 - JR東日本

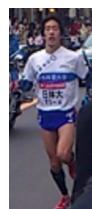
《主な大会成績》

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AP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

お問合せは jimukai@jresports.co.jp までご連絡下さい