

米澤上杉城下町マラソン2018ランニングクリニックのご案内

「米澤上杉城下町マラソン2018」に参加するマラソン初心者を対象に、参加無料の公式ランニングクリニックを開催します。「ハーフマラソンに挑戦したいけど、体調管理がわからない。」「マラソンまでのトレーニングが不安」などあなたの疑問に答えます。

1. 主 催 米澤上杉城下町マラソン実行委員会
2. 講 師 内野雅貴（ミズノランニングスポーツ塾指導員）
3. 日 時 平成30年9月14日（金）18時～（80分程度）
4. 場 所 テクノプラザ米沢正面玄関（米沢市八幡原5-4149-8） 内野雅貴氏
（八幡原体育館周辺を走ります。雨天時は八幡原体育館アリーナで行います。）
5. 対 象 **米澤上杉城下町マラソン2018に参加申込みをした方**（高校生以下を除きます。）
6. 定 員 20名（先着順）
7. 参加費 無料
8. 申込み **（1）メールでの申込み**



「yonemara2018@gmail.com」まで、件名を「ランニングクリニック」とし、下記申込書の内容を送信してください。

（2）申込書での申込み（FAX可）

「申込書」に必要事項を記入の上、大会事務局まで申し込みください。

◎大会事務局◎

米澤上杉城下町マラソン実行委員会事務局（土日祝日除く 8:30～17:15）

〒992-0031 米沢市金池 3-1-14（置賜総合文化センター社会教育・体育課内）

TEL 0238-23-6535 FAX 0238-22-5502



米澤上杉城下町マラソン2018ランニングクリニック申込書	
氏 名	
住 所	
電話番号	
エントリーコース	私は 5km・ハーフ にエントリーしました。（どちらかに○を付けてください。）
申込方法	ランネット・スポーツエントリー・スポーツナビDo・郵便振替

このままFAXできます。FAX番号0238-22-5502

<講師プロフィール>

内野雅貴(うちの まさたか)

所属 ミズノスポーツサービス(株)
(ミズノランニングスポーツ塾指導員、
運動会必勝塾認定指導士)



○主な競技実績

出雲全日本大学駅伝 3 区出場

全日本大学駅伝 6 区、7 区出場

箱根駅伝 5 区、7 区、10 区出場

2008 全日本実業団駅伝(ニューイヤースタッフ駅伝)7 区出場

フルマラソン自己最高 2 時間 16 分 09 秒(2009 別府大分毎日マラソン)

2014 第 50 回ニュージーランドロトルアマラソン優勝

2015 済州国際マラソン 優勝

2015 府中多摩川ハーフマラソン 優勝

2016 羽生ハーフマラソン 優勝

○主な指導実績

2015 毎日新聞連載 We 走活 講師

2016 朝日新聞 Presents 運動会に役に立つ走り方教室 メイン講師

2016 大阪マラソン伴走サポートコーチ

2017 雑誌 GINGER ランチーム専属コーチ

ミズノが全国で展開するランニングクリニック、走り方教室、運動必勝塾では子どもから大人の方に走りのコツを伝授。

ランニングの指導件数は年間で 200 回を超える。

自らも現役市民ランナーとして様々な国際マラソン、市民マラソンに出場している。



上松城下町マラソン

2018