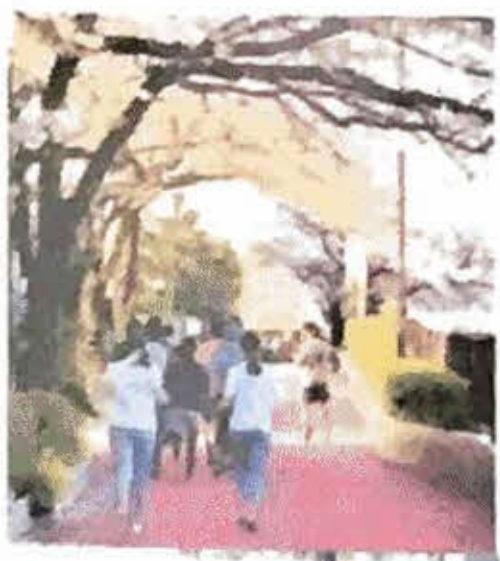


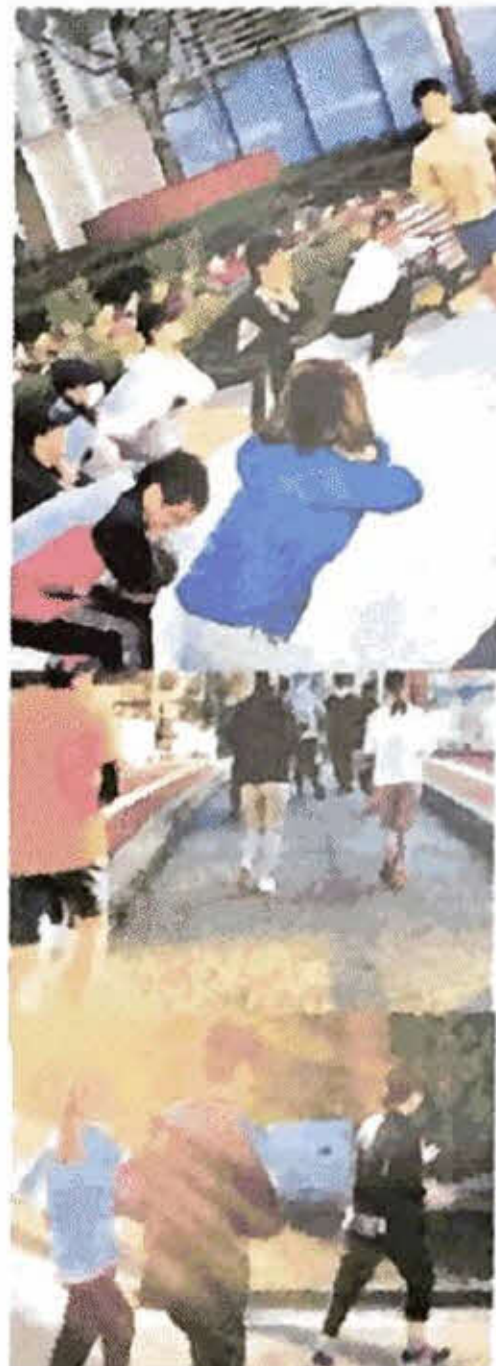


LOCAL HEROES SPORTS COMMUNITY

# Run Club vol.3



新しい  
ライフスタイル!  
新しい蒲田スタイル!



★エントリーレベルvol.3のご案内

2018年6月23日(土) 18:15~19:45

集合場所 「黒湯の温泉 ゆ〜シティー蒲田」 蒲田1丁目26-16

レッスン料 2000円+ランニングステーションとして銭湯代460円

\*当日係りの者にお渡しください

お申込

下記事項をEメールにて→ [run@localheroes.jp](mailto:run@localheroes.jp)

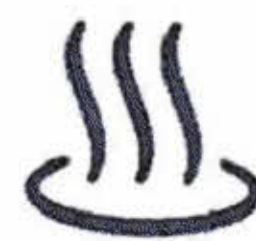
《氏名・年齢(29歳以下=A, 30代=B, その他=C) 携帯番号》

の連絡先 担当:小島(090-5754-1876)

誰もが付けたい! 「運動習慣」  
仲間とだからこそできる! 正しい姿勢やケガ予防方法を知ることで長続き!  
爽快感や達成感で心も健康に! スポーツのあとだからこそ「ご褒美」  
これぞNEW蒲田スタイル!



facebookページ  
こちらからも  
エントリー可能です!



塙 翔太 コーチ



ランニングコーチ/パーソナルトレーナーとして活動しながらもアジア圏を中心にトレイルランナーとして活動  
2017年台湾で行われた100kmレースでは完走率10%ながらも29時間で総合優勝。

吉本興行ふるさとアスリートとして全国のスポーツイベントにトレイルランナー/パーソナルトレーナーとして出演。

【保有資格】

日本体育協会公認 アスレティックトレーナー

日本ストレングス&コンディショニング協会認定 パーソナルトレーナー

日本トレーニング指導者協会認定 トレーニング指導者

低酸素システムトレーナー