

日サトウ食品

安全・安心な
大会運営のため
体温記録活用
アプリを
導入しています。



走るチカラ

NIIGATA CITY MARATHON 2022 サトウ食品 餅は走るチカラ

主催：新潟アルビレックスランニングクラブ・BSN新潟放送 特別協賛：サトウ食品株式会社

ランニンググクルラブ 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!
新潟シティマラソンに向けて「走るチカラ」をつけよう!

日本代表経験のあるスタッフが大会当日までサポート!



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日本記録保持者

お問い合わせ

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@albiex-rc.com URL http://www.albiex-rc.com

「初めてのマラソンで何をしたら良いか分からない」
 「久しぶりのマラソンでちょっと不安・・・」
 「目標達成に向けて基本から学びたい!」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**

8/21 日 10時00分～12時00分

集合場所:BSN新潟放送

**基本を学ぶ
ポストコロナのランニングライフ**

マラソンで新たな自分を発見しよう
 (学び直しのマラソン講座、基本理論とフォームの再構築)

9/25 日 10時00分～12時00分

集合場所:BSN新潟放送

復活レースの攻略法

プランクからの脱却
 (持ち味を生かす欲張らないチャレンジ、不安を自信に変えよう)

第3回 **第4回**

10/1 土 10時00分～12時00分

集合場所:デンカビッグスワンスタジアム

5kmタイムトライアル

親子ふれあいマラソン大会 5km部 参加

10/9 日 **大会本番**

集合場所:デンカビッグスワンスタジアム

当日サポートブース&決起集会

[対象] 15歳以上で新潟シティマラソン2022に参加する方

[定員] 先着50名

[参加料] 8,800円(税込)

講習会受講料、オリジナルTシャツ代、大会当日サポートブース料、保険料込み
 ※新潟シティマラソン2022のエントリー料は含まれません、

[募集期間] 2022年7月13日(水)12時00分から ※定員になり次第募集締切

[講師] 新潟アルビレックスRCスタッフ

丸ごとサポート

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

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
 限定のオリジナルTシャツを着てみんなで走りましょう!

3 新潟シティマラソン2022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
 安心してレースに参加できます!

※利用は「餅ランクラブTシャツ」の着用が条件となります。

感染症対策の徹底

テレチェック: アプリを活用した参加者・スタッフの事前体調チェック

当日検温: 小まめな手指消毒

屋内や会話時など適切なマスクの着用: ソーシャルディスタンスを確保しながらの実技指導

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、筑波大学時代に短跑駅伝(5区)出場。運動は「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」(ベースボール・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の関心が高く、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海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。都内で定期的に行っ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-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部員などを務め、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種目新記録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。ニューイヤー駅伝やマラソンなどでも活躍し、ニューイヤー駅伝では史上初の過労20回出場で8度の優勝と5度の区間賞を獲得。

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。
- 新型コロナウイルスの感染状況等により、イベント内容が変わる場合がございます。
 - 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、その後に発生しては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と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など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

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@albirex-rc.com