

サイラス・ジュイ選手 / 岩淵 仁ヘッドコーチ / 岩淵 歩コーチ

参加費
無料
予約制

MBT SPEEDを履き、 美しい姿勢で、楽しく走ろう!

MBTスロージョギング体験会

講師紹介



サイラス・ジュイ 選手

ケニア出身。日本とケニアの陸上競技文化を繋ぐ活動を行う。
流通経済大学附属柏高校在学時に3000m障害でインターハイ2連覇

- 札幌国際ハーフマラソン (2005、2010、2011年) 優勝
- 北海道マラソン (2010年) 優勝
- 自己ベスト
5000m 13分22秒76
10000m 27分56秒63
ハーフマラソン 1時間1分 3秒
フルマラソン 2時間9分10秒



岩淵 仁 ヘッドコーチ

- 日本体育協会上級公認コーチ
- 水戸ランナー塾ヘッドコーチ
- NHK文化センター水戸教室『スロー健康ジョギング講座』担当
- 箱根駅伝：優勝 (1971、72年) 区間賞 (71年10区)
アンカーとして3位から逆転優勝
- アジア大会 (1978年バンコック) 3000m障害 銅メダル
- 日本選手権 7年連続準優勝 (3000m障害)



岩淵 歩 コーチ

- 水戸ランナー塾コーチ
- NHK文化センター水戸教室『スロー健康ジョギング講座』担当
- 全日本中学選手権 (1986年) 1500m出場
- 茨城県高校総体 (1991年) 5000m 第2位
- 自己ベスト 2016年つくばマラソン 2時間48分27秒

場所

ひたちなか市総合運動公園 陸上競技場

(雨天決行：陸上競技場内 トレーニング室)

各回定員
30名

日時

2017年 4月8日(土) ① 午後4時～6時

講師 サイラス・ジュイ選手、岩淵 仁先生、岩淵 歩先生

2017年 4月9日(日) ② 午前10時～12時 ③ 午後2時～4時

※③の講師はサイラス・ジュイ選手のみとなります。

講師 サイラス・ジュイ選手、岩淵 仁先生、岩淵 歩先生

MBTは20年前にスイスで開発されたアーチ状の鞋底が特徴の靴で、履いて立った瞬間に姿勢が正され足腰にかかる負担を和らげる靴として注目されています。

中でも最新シリーズ『SPEED』はウォーキングやジョギングに最適なモデルで、これから始めたい方、楽しんでいるビギナーの方、目標を設定して競技に取り組むスポーツアスリートの方まで、幅広く活用していただけます。又、体幹を整え、正しい姿勢で立つ、歩く、走るという基本動作が身に付き、フォームの改善や、ケガのリスク軽減が期待できます。

今回はウォーキングやスロージョギングをしながらMBT『SPEED』を体感して頂ける体験会となっています。

初心者の方も、経験者の方も、大歓迎です。
皆様のご参加をお待ちしております。



【参加ご希望方へ】
スポーツシューズ・
タオルを
ご持参下さい。

足と靴から健康を考える店

ギョウキボール

茨城県ひたちなか市表町16-3

【営業時間】 10:00～19:00

定休日：火曜日

お問合せ・ご予約は **TEL:029-272-4192**