

特典

体成分分析装置
InBody
測定付き

[コーチ] いわた こう 岩田 豪氏



県内を中心にランニング教室や大会を開催。
東洋大学時代より「全日本大学駅伝」や「東京箱根間往復大学駅伝」など出場し、箱根駅伝では総合6位、10区区間2位に入賞。
10区ごぼう抜き記録保持者。

走りが変わる! ランニングメソッド

REN ランニングクリニック

マラソン初心者や自己記録更新を目指す方などを幅広くサポート!

基礎能力を向上させるクラス

自分自身に適したランニングフォームの習得(もしくは改善)。/スピードを出すためのトレーニングです。

開催日 2022年1月~6月まで 毎月第1土曜日 ※2022年1月のみ第2土曜日に変更 **時間** 10時~12時(約2時間)

各能力を向上させるクラス

スピードを出す能力を高める。/スピード(ペース)を維持する能力を高めるトレーニングです。

開催日 2022年1月~6月まで 毎月第2日曜日 **時間** 10時~12時(約2時間)

料金 <入館料込> 1レッスン 3,500円(税込 3,925円) **定員** 各クラス30名 [定員になり次第締め切ります。]

個別トレーニング 1対1のランニングパーソナル 要予約制

初心者からベテランまで、個人の課題解決や能力向上に向けてマンツーマンで取り組みます。

<原則、個人でのご参加を想定しておりますが、ご夫婦やご友人など1組での受講も承ります>

開催日 毎月 第1土曜日 [2022年1月のみ第2土曜日に変更] ・第2日曜日 13時~17時 **時間** 60分

料金 6,500円(消費税・入湯税込 7,225円) [健康増進メンバー] 4,000円(消費税込 4,400円)



※対象は中学生以上となります。 ※開始時間までに着替えを済ませて、フロントに集合してください。
※ランニングできる服装とシューズをご用意ください。 ※当日は保険証のコピーをお持ちください。
※雨天決行。ただし、強雨・荒天の際は中止する場合があります。
※一般道を走るため、信号で止まるなどの交通ルール順守や、歩行者・自転車優先で走行することをご了承ください。