

神戸・大阪マラソン目前！初めてのフルマラソン完走を目指す
今なら間に合う！フルマラソン完走セミナーを開催

2012年9月1日(土)

株式会社ホテルオークラ神戸(所在地:神戸市中央区波止場町、代表取締役社長:西本克彦)では、今年の神戸マラソン・大阪マラソンまで約3ヶ月と迫る9月1日(土)に、初めてのフルマラソンの完走を目指す人を対象とした「佐田富美枝の今なら間に合う フルマラソン完走セミナー」を開催いたします。

当ホテルでは、神戸や大阪マラソンが始まる以前の2010年2月よりランニング講座を開始し、これまで延べ247名が受講しています。今回は、「大阪マラソン」「神戸マラソン」等で初めてのフルマラソン完走を目指す人を対象に、9月から当日までのトレーニング方法や、完走するためのタイム設定、食事の取り方、計画・準備など大会までのプログラムや役立つ情報を座学形式でお話いたします。独自の練習や情報収集だけでは不安のあるランナーが、役立つ確かな情報を得ることで自信を持ってフルマラソンに挑んでいただくことを目的としています。講師の佐田富美枝氏はロード48時間走元アジア女子記録保持者で24時間走元日本代表。豊富な経験に基づくきめ細やかなアドバイスやサポートで受講者からも信頼の厚い講師です。

詳細は次のとおり。

■「佐田富美枝の今なら間に合うフルマラソン完走セミナー」開催概要

- 1.日時 9月1日(土) 13:00~15:00
- 2.内容 初めてのフルマラソン完走に向けたトレーニング方法、計画・準備など大会当日までのプログラムを座学形式にて説明。
※実技(ランニング)はありません。
- 3.料金 1名 ¥3,900 (ティー&ケーキ付き) ※税込
- 4.会場 ホテルオークラ神戸 宴会場
- 5.講師 佐田富美枝(さたふみえ)
[ロード48時間走元アジア女子記録保持者、
24時間走元日本代表]
- 6.定員 40名



■一般の方のお問い合わせ

ホテルオークラ神戸 カルチャーサロン・クラッセ事務局 TEL.078-333-4301

■報道関係者の方のお問い合わせ

ホテルオークラ神戸 企画広報課 TEL. 078-333-3503 FAX. 078-333-3579
担当:鵜丹谷(うにや) MB.090-1447-5395、山本 MB.090-1897-0081