

芝浦中央公園

芝生の上を裸足で走ろう！ ランニング教室

日時：令和3年10月31日(日)
午後2時～3時

場所： 芝浦中央公園D面芝生広場

講師： 高岡尚司先生

裸足のフルマラソン前日本記録保持者
子供からシリアスランナーまで参加する
「裸足で走る教室」を全国で開催中

募集人数： 先着20名

応募資格： 小学生

参加費用： 無料

申し込み： 参加をご希望の方は

事前に下記管理事務所までお申し込みください



**人間の足が持つ本来の機能を活かして
怪我のない走り方をマスターしよう！**

**芝生の上を裸足で走ると
とても気持ち良いですよ！**

もちろん靴を履いての参加も可能です

港区立芝浦中央公園管理事務所

TEL 03-6433-2562

指定管理者 アカネ・ハリマ・イビデングループ