



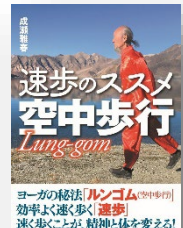
速歩入門講習会

成瀬ヨーガグループ・日本速歩協会 共催

積極的に良い歩き方をすることで、人生が大きく変わる！

歩くことがスムーズになると、日常生活に変化が生じます。積極的に出歩くようになると、仕事においても、趣味においても人間関係も大きく変化します。考え方も行動面でも、前向きになれるので、仕事の成績が上がります。趣味の幅も広がり楽しさが倍増します。当然、人間関係も良好になります。これからの人生を充実したものにするために

少しだけ早く歩きましょう！



新刊『速歩のススメ 空中歩行』
7月3日発売！

第3回：7月23日（日）午後1時30分～2時30分（1時開場）

第4回：8月20日（日）午後1時30分～2時30分（1時開場）

第5回：9月23日（土・祝）午後1時30分～2時30分（1時開場）

参加費：2,500円（各回定員30名）

会場：成瀬ヨーガグループ

内容：室内でレクチャーと基礎練習後目黒川畔で50m速歩実践（雨天の場合は室内のみ）

講師：成瀬雅春

◆10月14日(土)・15日(日)「第1回全国速歩競技大会」開催◆

現在の競歩ルールにとらわれず「走らずに歩く」というシンプルなルールで歩く速さを競う競技会を「大井ふ頭中央海浜公園陸上競技場」で開催します。



詳細・お申込みはこちら
イー・モシコム

日本速歩協会公式 LINE アカウント

講習会や競技会などの最新情報をお届けします。
成瀬先生の速歩スローモーション動画をプレゼント！



お問い合わせ先

成瀬ヨーガグループ

東京都品川区東五反田2-4-5 藤ビル5階

TEL 03-5789-4184

e-mail akasha@naruse-yoga.com

URL <https://naruse-yoga.com>

