

## 自然派ランナーのために NIKE FREE × 薬膳メニュー ランニングイベント「Healthy Run & Eat」開催！

この度、ゼビオ株式会社(本社所在地:福島県郡山市 代表取締役社長:諸橋友良)は運営するスポーツコミュニティステーション「XSPOT」(読み名:クロスポット)にて、健康志向の高い、自然派ランナーのためのランニングイベント『Healthy Run & Eat』を4月28日(日)に実施致します。

本イベントの前半「Runセッション」では、XSPOTの事業パートナーであるナイキジャパン株式会社の協力のもと、ハダシで歩くときのなめらかな足の動きが、足本来の機能を目覚めさせ、カラダ全体を鍛えあげるランニングシューズ、“NIKE FREE 5.0”を無料で体感できます。次なるランニングシーズンを控え、自身にベストなシューズをお探しのランナーに対し、お試しの機会を提供いたします。同時に、「きれいなランニングフォーム作り」、「ムダのない姿勢づくりにお勧めのトレーニング法伝授」をテーマに、ランニングトレーナーからのレッスンを受けることができます。

後半の「Eatセッション」では、XSPOT内にある「くろすぽっとかふえ」にて、このたび共催の herb.deco(ハーブデコ)が提供するランナーのための薬膳料理をご提供いたします。薬膳料理とは東洋医学に基づいた、食材の持つ体にいい部分を最大限に活かす料理方法であり、ヘルシーで健康志向の高いランナーのランニング後には最適なメニューです。

応募、詳細はXSPOTホームページ(<http://www.xspot.jp/>)をご覧ください。

Sports Community Station



### 【XSPOTとは】

ゼビオ株式会社が運営する新しいスポーツコミュニケーション施設。  
提携メーカーのスポーツウェアやスポーツ用品が無料で借りられ、  
新横浜公園内でスポーツを楽しむことができます。

(<http://www.xspot.jp/>)



## <Healthy Run & Eat イベント詳細>

- 日時:2013年4月28日(日)10時~13時
- 場所:新横浜公園内 XSPOT(クロスポット) 神奈川県横浜市港北区小机町3302-5
- 参加人数:40名
- 参加費:2,000円(保険・昼食代・施設使用料込)
- 応募先:XSPOTホームページ <http://www.xspot.jp/info/news/991/>
- 問合せ先:XSPOT 045-474-1361
- 主催:ゼビオ株式会社 XSPOT新横浜店
- 共催:herb・deco、くろすぽつとかふえ
- 協力:ナイキ・ジャパン株式会社

### 【NIKE FREE】



#### NIKE FREE 5.0 『野生のつよさをよびさませ』

ハダシで歩くときのなめらかな足の動きが、足本来の機能を目覚めさせ、カラダ全体を鍛えあげる。ナイキの開発チームは、ソールに深い溝(フレックスグループ)を入れることで、シューズに柔軟性をもたせ、ハダシ感覚を忠実に再現した。このフレックスグループは、各シューズの用途に基づいて人間の運動メカニズムを研究し、それぞれに最適な負荷と保護のバランスで配置。NIKE FREEの効果は日々の継続的なトレーニングによって得られ、カラダ全体の筋力・バランス・柔軟性が効率良く強化し、怪我の減少やパフォーマンスの総合的な向上につながる。



### 【herb・deco】

Herb. deco

中医学をベースに、生薬とハーブをブレンドしている、漢方茶・西洋ハーブティーと薬膳スープの専門店。

お客様の体の状態にあわせたお茶・スープを提供することで、理想的な体づくりのお手伝いをしています。

<http://www.herb-deco.com/>