

◆挫折ランナーの背中を優しく押します

走っていますか?続けていますか? ランニング。

健康維持&体型維持にとはじめてのはいいけれど、

続かず挫折している人が多いのも事実。

でも、それはあなたが悪いのではなくて、道具が悪かったかも??

ランニング専門誌では門前払いされかねないアレやコレやに

本音で答えます。だからもう一度走って見ない?

<お悩み内容>

◆一念発起して走ったらヒザが痛くなってしまいました……

◆鍵・小銭 etc…がジャラジャラして走りづらい!

◆頑張ってウェアを揃えたのに女のコに抜かれちゃって(泣)

◆部活のガチ走りの記憶がジャマをして…

自分のペースで走ればいい!と言われても

[正しい]「自分のペース」がわかりません。

◆今日は走る予定だったのについつい飲んで深夜帰宅。

明日は休日と家族と過ごすし…… etc.

■リベンジラン![今度こそ]成功術

【本件の連絡先】

株式会社世界文化社メディアマーケティング部 南・篠崎

〒102-8187 東京都千代田区九段北 4-2-29

PHONE :03-3262-5153 FAX:03-3262-5435

e-mail :media@sekaibunka.co.jp

URL: <http://www.sekaibunka.com/>