

第14回 湘南藤沢 市民マラソン2024

2024年1月28日(日)、藤沢市江の島にて『湘南藤沢市民マラソン2024』が開催されました。こちらの大会では、あおばグループは一協賛としてだけでなく、ランナーの皆さんのサポートもお手伝いいたしました。今回は、そんなあおばの取り組みをご紹介します。



大会を楽しみながら
大会のサポートも行いました!

あおばスタッフも、親子・個人にてスタッフがランナーとして参加しました。スタッフもこの日の為に、しっかりコンディションを整えて挑戦です!

レース前にケアされたランナーの方がレース後にご利用され、その際に「さっき良かったから、また来ました!」とお声がけいただき嬉しい場面も!

マラソン大会の様なエネルギーを大きく消耗する競技は、**自覚なく身体に負担**がかかっています。**正しくケア**を行ってあげることは、**スポーツパフォーマンスの向上**や、**疲労回復**を早めたり様々なメリットがあります。

当日は**120名以上**の方があおばのケアを受けていただくことができました!

あおばとしても大会をサポートできたことを嬉しく思います。来年もあおばは参加予定ですので、お気軽にブースにお立ち寄りくださいね!

湘南藤沢市民マラソンは、2010年より江ノ島を起点に行われている市民マラソンです。毎年、県内外より多くの方が参加されており、その規模は年々大きくなっています。参加されるランナーも**10~80代**とその年代も非常に幅広く、江ノ島・湘南の景色を楽しみながら、皆さん思い思いに参加されています。協賛しているあおばから通院されている患者様も招待選手として走られています!

会場内にあるあおばのブースでは、**開始前のコンディションを整えたり、大会後の身体のケア**のために訪れたランナーの皆さんのご要望に、**無料でお応え**しました。



参加された皆さん、お疲れさまでした! //

藤沢エリアの
専門院ご紹介!

2つ専門店を上手に使い分けて
身体のコンドィションを整える!



慢性的な辛さや
ケガはないけど

身体をもみほぐしたり
パフォーマンスアップならGTへ!



ストレッチ専門店GT 湘南台店

ストレッチ専門店 グレートトレーナー

自宅で行いやすいストレッチ。実は、自身で行うセルフケアでは身体の奥深くにある筋肉までのケアは難しく、完璧にストレッチを行うことは困難です。そこで近年注目されているのが『ストレッチ専門店』です。

プロによる手技で、筋肉の深層までしっかりケアを行うことで**疲れやコリ・ハリ**の緩和、**スポーツパフォーマンス**の向上に繋がります。

スポーツ
パフォーマンス
向上

疲れの
もみほぐし

身体の
リラックス

「身体の疲れを取ったり、しっかり筋肉を解したい…」
そんな方は、是非**GT湘南台店**へご相談ください!

湘南台あおば 接骨院はりきゅう院

猫背などの**姿勢不良**や、**身体の歪み**による**コリ・ハリ**。また、**鍼灸**による**血流改善**や、**自律神経**へのアプローチをご希望の方は、「接骨院はりきゅう院」へお越しください。施術者は**全員国家資格者**であり、プロの確かな技術でお身体のお悩みを改善に導きます!

身体の
コリ・ハリ

鍼灸による
ケア

交通事故の
ケガ

痛みや怪我がある場合や、**姿勢や身体の歪みが気になる**方は迷わず**接骨院**にお越しください!



身体の歪みや、痛み、ケガが
気になったら迷わず接骨院へ!



イトーヨーカドー湘南台店 2店舗展開中!
神奈川県藤沢市石川6-2-1 イトーヨーカドー湘南台店3階
※お問い合わせは右記QRよりお気軽に♪

GT湘南台店
公式LINEは
こちら



湘南台院
公式LINEは
こちら

