

エリートからビギナー向けまで 最新シューズ紹介 / 上半身&肩甲骨で速くなる / マラソン検定

快適に、楽しく走ろう!

ランニングマガジン

www.bbm-japan.com

Runner's

September 2020 No.212
BASEBALL MAGAZINE SHA

9

酒井 瞳 (タレント)
東京都・神奈川

川内優輝が語る履き分け
「走行距離の9割は
クッションングモデルで」

サブ3・サブ4・スピード用…
ショップおすすめの1足

注目のプレート入りモデル&
クッションングモデルを試し履き!

ランニングシューズ 最前線 2020

「腕振り&肩甲骨から走りを見直そう」
上半身で速くなる!

