

走る仲間の
スポーツ・マガジン

ランナーズ



7

The 4th
FULL MARATHON
RANKING
2007.4-2008.3
フルマラソン
1歳刻みランキング記録集
ランナーズ
11月号付録
ランナーズ

別冊付録

1歳刻みランキング記録集

2008
JULY

ランナーズのホームページ
<http://runnet.jp/>

特別定価730円
[本体695円]

先輩ランナーが伝授 走って 「メタボ」を脱出した!?

鍵は「ふくらはぎ」にあった
ランナー的美脚の作り方

皇居1周を120%活用
走力アップの30分ラン

話題沸騰

夢の3時間30分切りが現実に
岩本能史の誌上マラソン塾



A**3名様**

aigo

I Sonic MP3 sunglasses

MP3内蔵のリングス。フレーム上で操作が可能のため、走行、スキップなどのボタンを押す時に余計な動きをすることがない（ポケットやバンドに手を伸ばさなくてよい）。なお、音楽を聴きながらのランニングは交通、接触などの危険が伴うので、車が頻りに来ない場所で行うなど細心の注意を！

記憶容量 1GB、本体重量 47g
価格 9,980円

B**20名様**

武田レッグウェア

RxL SOCKS TRR-15G

指先まで立体化になっているのが特徴で、「足の爪が黒くならなくなった」という声も多数。通常のサイズ幅間に加え、ソックスでは初の足首の周周（2E細め、3E普通、4E広め）を採用。より自分に合ったサイズを選ぶことができる。

写真はブルーとブラック。

価格 1,515円

サイズ S、M、L（各2F～4Fあり）
カラー ホワイト、ブルー、ピンク、ブラック

C**10名様**

ドクター・ショール

トリプル・サポート・インソール

体重を支えるかかと、親指の付け根、小指の付け根の3点を結ぶアーチをサポートパッドで持ち上げるため、疲労や痛みの予防に期待が持てるインソール。立ち仕事が多いランナーなど、日常生活から活用したい。

価格 1,260円

サイズ

男性 23.5cm～25.0cm、25.5cm～27.0cm

女性 22.0cm～23.5cm、24.0cm～25.5cm

D

アリスト

5名様**フリーダムダイレクト**

BCAA、クエン酸やビタミン、ミネラルなどの運動時に必要な栄養素を含むサプリメント。顆粒になっており、飲料と一緒にそのまゝ飲むか、冷水または水に溶かして飲んでも良い。岩本龍史さんも（P62～64）愛用。4.5g×12袋

価格 2,100円

**読者
プレゼント!**

**今月の
編集部お勧め!**

応募方法

①住所②氏名③電話番号④年齢⑤職業⑥送届の月間発行回数⑦希望の商品（アルファベット記号とサイズ）⑧ランナーズ7月号を誰が感想⑨ランニングに関する私の近況、エピソード（掲載させていただく場合もあります）※ハガキに印刷した記述でお送りください。

応募先

〒153-8563 日野区東山2-6-3

ランナーズ編集部

「読者プレゼント7月号」係

〇前切2008年6月21日（土）必着

※当選者は2008年9月までに発表します

問い合わせ先

A. aigo オークス(株) 03-3646-0997

B. 武田レッグウェア(株) 0370-831-638

C. ヲクスヘルスケア ジャパン(株)

ドクターショール

..... 0120-61-7550

D. (株)アリスト 09-5764-1001

2008年5月号当選者発表(敬称略) ●プーマ[PUMA TIME CARDIAC]: 豊川英治、堀操 ●チャンシー Promo: 熊越祐子 ●2XU(ツー・タイムズ・ユー)コンプレッションタイツショート&ロング: 越前泰子、山元静夫 ●マリンサブリ サカナのちから分包: 崎田憲一、間杉悟、福永勝彦、斉藤洋、大柳俊一 ●今月のDVD 谷川真理のHOW TO ランニング: 伊藤三男、山田敏雄、梅原勝行、川井敦子、塚田猛 ●今月の一冊 ヨムマラソン: 関根敦、横田重明、吉永尚子、雨宮裕、藤田正
以上おめでとうございます。なお発送は5月末の予定です。

海外大会記念品スペシャル**ロンドンマラソン記念セット****E-a** [1名様]

ジャンパー

**E-b** [5名様]

Tシャツ&キャップ



リムライの心も熱くしたロンドンマラソン（P25～27）の大会記念品をプレゼント。ジャンパー（E-a）はスタッフ限定という貴重品で、Tシャツ&キャップ（E-b）はセットで着用するとお洒落感アップ。

サイズ
ジャンパー M（日本サイズのLL相当）
Tシャツ M（日本サイズのLL相当）

サハラマラソン記念Tシャツ**F** [2名様]

Tシャツ



世界でも最も過酷なレースの一つとされるサハラマラソン（P68～69）の記念Tシャツを2名様にプレゼント。

これを見ていれば周りから羨望の視線を受ける？

サイズ M（日本のL相当）