

ランニングアドバイザー

真鍋 未央
Manabe Mio

1984年生まれ 福岡県出身

プロフィール

高校卒業後、2002年に資生堂に入社し、実業団選手として競技中心に活動。その後、退社し、2005年クラブチームセカンドウィンド AC に所属。約8年ランニングコーチとして、市民ランナーを指導。2013年独立、現在に至る。2018年に第1子出産。

主な実績

フルマラソン自己ベスト 2時間55分(2004年)

2013年～現在まで

NHKBS1「ランスマ」でランニングアドバイザーとして出演者のランニング指導等を行う

書籍

2013年 週1回のランニングでマラソンは完走できる！(池田書店)
2016年 キレイになるランニング(青春出版)

2019年 掲載情報

SONY
<https://www.sony.jp/walkman/special/sports/interviews/manabemio/>

LAWSON Do SPORTS
<https://do.l-tike.com/column/4711/>



HP & SNS

ブログ

<https://ameblo.jp/mio-biyori/>

インスタグラム
mio_manabe

blog



Instagram



百瀬 俊介

TEL 080-3310-6969
E-mail info@connect10.co.jp

担当

岩谷 千里

TEL 090-4610-8813
E-mail iwaya@connect10.co.jp

connect

コネクト株式会社

103-0004 東京都中央区東日本橋 2-4-1 アドバンテージIビル 4F
TEL 03-5825-4256 E-mail service@connect10.co.jp