

UTMB2024オンラインコーチング

マインドセットが9割！

5か月間サポートプログラム

こんにちは！トレイルランナーの池畑拓哉と申します！
このプログラムの特徴としましては、2つございます。
1つ目は多くのアスリートをサポートしているメンタルコーチングスクールで学んだ知識を生かし、マインドセット、集中力の高め方、メンタルの整え方などをお伝え致します。
2つ目は学生時代運動神経0で文化部出身ながら6年目にしてUTMB2023を25時間台で完走した独自のトレーニング理論や考え方などもお伝え致します。
是非、世界最高峰のレースに自分史上最強の状態で挑みましょう！必ず完走できるようサポート致します！



01

トレーニング計画の作成

UTMBを確実に完走する為のトレーニング計画。
※4月から8月までの5か月間。

02

毎月のオンラインミーティング

トレーニングの進捗やモチベーション管理。
※計5回。
毎月各1時間程度
初回2時間程度

03

トレイルでのリアルイベント

マンツーマンで体の使い方をレクチャー。
※計1回。
25km程度を予定

上記3つのメニュー含め料金：5万円(税込)

LUC+Adventures
ルクタスアドベンチャーズ
UTMB Official Tour Operator
UTMB World Series Official Tour Operator

担当：久保 信人 KUBO Nobuhito
n-kubo@lucent-corp.com