

Sports Graphic 「ナンバー・ドウ」 Number Do



2024年3月21日（木）発売

大人のためのRUNの強化書 ～40代以上でも走りは伸びる～

40歳を過ぎてからPBを更新するランナーが増えています。正しいフォーム、練習法、自分にあったシューズ選びなど、経験の蓄積がものをいいます。今回のDoは正しい知識で走りを伸ばします。

先生① 高橋尚子（51）「40代以上のための走り方講座」

先生② 金哲彦（60）「還暦でも記録は出る 60歳ランナーの挑戦」

大人のシューズ選び メインシューズは2足以上を推奨。2024版シューズの選び方

食事 山田悟「主流はロカボ。走るためにはタンパク質と脂が重要だ」

筋トレ 弓削田真理子が教える「速くなるための筋トレ」

ケガ対策 40代以降必見、早大教授・鳥居俊が解説するケガのメカニズムと対処法

睡眠 休息でRUN力が向上する。質の高い睡眠を取るためには？

敵は紫外線 ランナーのためのスキンケア&ヘアケア

読み物 高橋尚子×武富豊（天満屋監督）「五輪ランナーを輩出し続ける秘密」
対談 前田穂南×野口みずき「18年越しの日本新」
東京マラソンレポート キプチョゲ、新谷仁美

※出演者および特集内容は変更する可能性があります。ご了承ください。

予定発行部数：5万部
タイアップ申込締切…2月13日(火)
純広告申込締切…2月27日(火)
校了…3月12日(火)

ナンバー局Numberブランドビジネス部
担当：深田 TEL：080-2574-9940
e-mail：k-fukada@bunshun.co.jp

スペース	定価	サイズ（天地×左右）
表4	¥2,100,000	225×195
表2見開	¥3,200,000	270×414
表3	¥1,350,000	270×207
目次対向	¥1,600,000	270×207
中面1P	¥1,500,000	270×207

Sports Graphic 「ナンバー・ドゥ」 NumberDo + Sports Graphic NumberWeb

「大人のためのRUNの強化書」特別パッケージ

NumberDo3月21日発売「大人のためのRUNの強化書」でのご出稿
+ NumberWeb内「ランニング特集特設ページ」でご希望の商品(シューズ・ウェアなど)をご紹介

- ①4C2Pタイアップ+ NumberWeb特設ページでのご紹介 **300万円**(通常定価440万円)
 - ②4C1Pタイアップ+4C1P純広+ NumberWeb特設ページでのご紹介 **285万円**(通常定価410万円)
 - ③4C2P純広+ NumberWeb特設ページでのご紹介 **270万円**(通常定価380万円)
 - ④4C1Pタイアップ+ NumberWeb特設ページでのご紹介 **170万円**(通常定価260万円)
 - ⑤4C1P純広+ NumberWeb特設ページでのご紹介 **150万円**(通常定価230万円)
- ※NumberDoのタイアップをNumberWebに転載する場合は、単独の誘導枠を設け、4週間の掲載で100万円 となります

Sports Graphic NumberWeb 「春のランニング特集特設ページ」での展開案

期間:2024年3月21日(木)~4月18日(木)の4週間

月間PV:9442万 ユニークユーザー:1090万人(2023年8月~10月平均)

【グランドトップ】



誘導枠
(ローテーション表示)

誘導枠
(全ページに常時表示)

【春のランニング特集特設ページ】



誘導枠
(常時表示)

【協賛社のご希望のアイテムのご紹介】



協賛社様のご希望のアイテムを
単独ページで詳しく解説いたします

ランニング特集特設ページへは、
グランドトップにローテーション
表示される記事枠、または全
ページにあるRECOMMEND枠、
SDの記事下の「今、あなたにお
ススメ」から誘導します

ランニング特集特設ページの中
に協賛社様の商品紹介ページ
への誘導枠を設けます