

☆1月開催☆

～ジョギング教室～



教室詳細

コーチ紹介

場 所 ■ 吹田市立総合運動場/トラック

日 時 ■ 令和8年1月8・15・22・29日
全木曜日 9:30～11:00

参加費 ■ 1回880円 (税込)

定員 ■ 15名 (中学生以下を除く)



松木 千佳

中学・高校・実業団と陸上競技
(長距離)で活躍

初心者の方・経験者の方どなたでも大丈夫です。
走り方・走るコツ・練習メニューなどお伝えします。
練習後に筋力トレーニングとストレッチも行います!
(30分くらい)

●持ち物

動きやすい服装・運動靴・タオル・飲み物
を持参して下さい。

●申込みは12月1日～総合運動場へお電話か来場にて
お申込みお願い致します。

※お申込みの際にご提供いただく個人情報は、厳重に管理いたしますが、当グループ主催イベントの案内等を送付する必要がありますので、あしからずご了承ください。



吹田市立総合運動場

TEL : 06-6386-5635

〒565-0835 吹田市竹谷町37-1
<https://shisetsu.mizuno.jp/m-7137>

●営業時間 9:00～21:00

●休館日 毎月第3月曜日・年末年始
※第3月曜日は夜間のみ営業