

秋季短期ランニング教室

～初心者から中級者向けの短期ランニング教室～

現役選手から技術を学びませんか？
走り始めの方、記録更新を目指す方にもおすすめです！



講師紹介



【松宮 慎友】

2022・23年滋賀県選手権者 (800m)
2023年近畿選手権 800m 4位

短期ランニング教室を11、12月の金曜日に開催します！
初回と最終回にインボディ測定も予定しています！

教室開催期日

2024年 11月 8・15・22・29日・12月6日 計5回
(予備日：12月13日)

時間

19:30～21:00

受講料

5,500円 (5回分)

内容

ランニングドリル・ペース走など

申込

10月1日(火)～10月28日(月)窓口・電話にて受付いたします。

【注意事項】

- 参加時には体調をご確認の上、ご参加ください。●受講料は初回に窓口にてお支払いをお願いします。
- 開講後の返金はできません。(途中退会はできません) ●おつりが出ないように、ご協力をお願いします。

- 動きやすい服装、ランニングシューズ、タオル、飲み物を持参してください。

※小雨の場合は開講となりますので、ご注意ください。

小雨時メニュー：<例>ランニングドリル・サーキットトレーニングなど

- 施設からのお知らせは右下二次元バーコードのHPからご確認ください。

※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。

対象

13歳以上・定員15名

※最低教室遂行人数5名

東近江市総合運動公園
布引陸上競技場

TEL：0748-20-1230 IP：050-5802-8801

〒527-0067滋賀県東近江市芝原町1503番地
<https://shisetsu.mizuno.jp/m-7305>



●営業時間 9:00～22:00
●受付時間 9:00～21:00

●休園日
・年末年始
・水曜日
・祝日の翌平日

