

効率的なフォームで楽しく走ろう！

ミズノ ランニング教室



らくらく完走 水無川マラソン 調整におすすめ をサポート！

- 場 所** ■ 会場：秦野市カルチャーパーク・ジョギングコース
 集合：ランニングステーション（噴水ひろば横）
- 日 時** ■ 11月 4日(月・祭日) 10:30～12:00
 11月23日(土・祭日) 10:30～12:00
 ※雨天中止
- 受講料** ■ 550円 ※税込
 ※参加費は当日釣銭の無いようご用意願います。
- 対 象** ■ 18歳以上の方（初心者大歓迎）

講師紹介



川邊 俊宏（かわべとしひろ）

ミズノランニングクリニック（初級）講師
 フル、100kmマラソン多数完走
 アイアンマン・トライアスロンAUS完走
 神奈川トライアスロン・age1位経験

最近ランニングを始めた方、マイペースを身に着け笑顔で完走したい方に『コツ』を伝授！

※パーク内走路を約2、3キロ、楽なペースを見つけて走ります。万全の最終調整をサポート！日頃の悩みをお聞かせください。

- 動きやすい服装、運動靴、飲み物、タオルをご持参ください。
- 定員は10名です。（先着順）

※お申込みの際にご提供いただく個人情報、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場合がございます。予めご了承ください。



メタックス体育館はだの（秦野市総合体育館）



TEL：0463-84-3333

〒257-0015 秦野市平沢101-1
 秦野市カルチャーパーク内

- 受付時間 9:00～21:30
- 休館日 第3月曜