

楽しく練習しながら走り方のコツを一緒に学ぼう！ ～ミズノ走り方教室～



参加者募集！

場 所 エスフォルタアリーナ八王子

日 時 12月15日（月）
※時間は対象クラスで異なります。

受講料 各クラス¥1,200円（税込） /1回

対 象 ①年中 ～ 年長クラス 16：00～17：00(60分)
②小学1～ 3年生クラス 17：15～18：15(60分)
③小学4～ 6年生クラス 18：30～19：30(60分)

● 動きやすい服装、室内用シューズ、飲み物、タオルを持参してください。

● 定員：各クラス30名（先着順）
※開催日の1カ月前よりお申込み可能

● 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場合がありますので、あらかじめご了承ください。
教室中にチラシや報告書等に使用する写真を撮影させていただきます。
ご理解ご協力の程、宜しくお願い致します。

詳細はこちら ⇒



★ スタッフ紹介



五十嵐コーチ



内田コーチ

★ 内容

正しい姿勢で走る、腕振り、足の動き、スタートのフォーム、スタートダッシュのコツなどを学び早く走るための練習をします！

- ①ウォーミングアップ&準備体操
- ②走る練習
- ③クールダウン



〒193-0941 東京都八王子市狭間町1453-1

エスフォルタアリーナ八王子

TEL：042-662-4880

<http://shisetsu.mizuno.jp/m-7509>

主催：八王子ゆめおりサポート株式会社 運営・企画：ミズノ株式会社

営業時間 8:30～22:30

休館日 4/14・5/12・7/14・9/8
11/10・12/29～12/31
1/1～1/3・2/9・3/9

参加にあたっての注意事項

◆ 申込・支払い・その他注意事項について

◇ 受付方法について

- ・開催日の1ヶ月前からご予約可能です。
- ・HP・お電話・1F総合受付にてご予約ください。

◇ お支払い方法について

- ・1F総合受付の券売機にて
ミズノ教室「イベント¥1200券」をご購入ください。
- ・アリーナ入口にてチケット裏面にお名前をご記入いただき、
担当コーチまたは担当スタッフにお渡しください。

◇ キャンセルについて

- ・当日キャンセルは参加費の100%をキャンセル料としていただきます。
※開催中止の場合は費用は掛かりません。
- ・1週間以内にお支払いください。
- ・キャンセルの場合は、
必ず前日までにお電話またはメールにてご連絡ください。

◇ その他注意事項

- ・更衣後の衣類・所持品は2F更衣室内のコインロッカー（返金式）をご利用ください。盗難があった場合、当施設は一切責任を負いません。
- ・当日は、プログラム時に写真を撮影させていただきます。
撮影した写真は広告宣伝としてHP・SNS等に
利用させていただく場合がございます。あらかじめご了承ください。
宣伝に使用を許可されない場合は、事前にお伝え下さい。
- ・公共交通機関の運休や警報を伴う悪天候の場合は、
中止となる可能性がございます。
- ・運動できる服装、運動靴(室内履)、飲み物、タオル等ご持参ください。
※メガネの着用は可能といたしますが破損等に関してはご本人負担となりますので予めご了承ください。
- ・参加費の返金は原則として致しませんので予めご了承ください。

お申し込み
お問い合わせ

エスフォルタアリーナ八王子
TEL:042-662-4880

<https://shisetsu.mizuno.jp/m-7509>



イベント申込ページはこちら