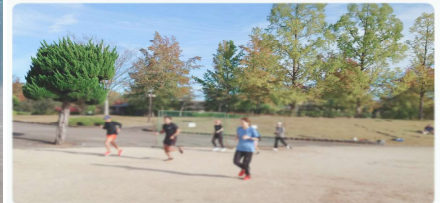


初心者大歓迎！一緒に楽しく走りましょう！

ランニングサークル



初めての参加者の方にトレーニング室
ご利用サービス券プレゼント。
参加後、シャワー室がご利用できます。

参加者募集！！

- 場 所** ■ 電光石火みよしパーク
遊歩道・文化の広場
文化活動室
- 日 時** ■ 第2・4日曜日
15:00~16:00
※詳細は裏面をご確認ください
- 受講料** ■ 1回につき 700円
- 対 象** ■ 男女、初心者、経験者問わず
どなたでも！

●持ち物

ランニングシューズ・タオル・
屋内シューズ・飲み物

●参加者の皆さまへ

講師の都合により

日程を変更して開催する場合がございます。

※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。

※広報用・社内報告用の写真を撮影させていただきます。予めご了承下さい。

[講師紹介]

竹増 裕美 (たけます ひろみ)
旧デオデオ陸上競技部所属

《主な実績》

第37回 織田幹雄記念
国際陸上競技大会 5000m優勝
第15回 アジア陸上
競技選手権大会 5000m3位

ケガをしないための身体作り、
体幹トレーニングを
楽しく一緒にしませんか。
フォームの見直しや
大会やイベントに
挑戦したい方には、
メニュー提案もあります。

電光石火みよしパーク

TEL: 0824-66-3366

〒728-0016 広島県三次市四拾貫町神田谷



●営業時間 9:00~21:00

●休館日 水曜日
(祝日の場合は翌日)
年末年始
(12月29日~1月3日)

令和6年度 ランニングサークル 日程表

*お休みの際は事前にご連絡ください

| 開催月 | 曜日 | 開催日 | |
|-----|----|-----|-----|
| 4月 | 日 | 14日 | 28日 |
| 5月 | 日 | 12日 | 26日 |
| 6月 | 日 | 9日 | 23日 |

◆ 受付について

- ご参加の場合、事前にお申し込みをお願い致します。
- 料金はカルチャーセンター事務所受付にてお支払いをお願い致します。
- スクールをお休みされる場合は当公園事務所へ連絡をお願い致します。

◆ その他注意事項

- 警報発令時は教室をお休みさせていただきます。
- 文化活動室などで体幹トレーニングをメインで行うこともあります。予めご了承ください。
- 天候により日時、開催場所を変更する場合がございます。
- 体調には十分ご留意ください。