

ゆっくり、楽しく走りましょよ!!

MIZUNO スローランニング



**ご参加
大歓迎!!**

一緒に走る仲間 大募集中

コーチ紹介

- 場所** ■ 金岡公園ランニングコース
※受付は金岡公園体育館
- 日時** ■ 木曜日 10:00~11:15頃
※祝日、第5木曜は省く
- 参加費** ■ トレーニング講習 受講済 300円 (税込)
 ■ トレーニング講習 未受講 500円 (税込)
- 持ち物** ■ 運動できる服装、シューズ、飲み物、タオル

西 智子

金岡体育館トレーニング室
インストラクター
フルマラソン出場経験あり
2023年大阪マラソン完走

今井 雄一

金岡体育館トレーニング室
インストラクター
フルマラソン完走経験あり

担当者は代行で実施する場合があります。

- ◆これから、ランニングを始めたい方、マラソンにチャレンジされたい方、一緒に走る仲間を見つけない方、どなたでもご参加が可能です。
- ◆公園内を、ウォーキングを交えながら、4周程度走ります。
- ◆ゆっくりのペースなので、安心してご参加ください。

指定管理者：堺市教育スポーツ振興事業団・ミズノグループ



金岡公園体育館

〒591-8025 堺市北区長曾根町1179-18
<http://www.mizuno.jp/m-7219>

●営業時間 9:00~21:00

●休館日 不定休・年末年始

TEL：072-254-6601
FAX：072-251-0509