

ジョギング教室のご案内

内容

トップアスリートチームの指導のもと、初級～上級に分かれて正しい走り方を学びます。また、陸上競技を通じてスポーツの楽しさ、魅力も伝えていきます。

詳細について

- ・日時 3月23日(土)10時00分～12時00分(荒天中止)
- ・場所 上柚木公園陸上競技場
- ・参加対象 小学生以上
- ・参加費 1,000円
- ・定員 200人(定員を超えた場合、抽選となります)
- ・申込方法 往復はがき(電話申し込み、ファックス不可)

往復はがきに「ジョギング教室」と住所・氏名(ふりがな)年齢(学生は学年。18歳以上の方は初級・中級・上級の中から希望の級も)電話番号を記入のうえ、3月3日必着

一般参加者(18歳以上の方)、級の参加目安について

- ・初級:初心者・走り始めて間もない方
- ・中級:フルマラソン完走5時間以内を目標の方
- ・上級:フルマラソン完走3時間30分以内を目標の方

お問合せ

〒192-0373 東京都八王子市上柚木 2-40-1

上柚木公園陸上競技場管理事務所内

TEL 042-675-0227