

府中市生涯学習センター

大人のランニング教室

～初級編～



マラソンを始めてみたいけど
どう走ればいいのか分からない…
正しい走り方のフォームを習いたい
マラソン大会に出場してみたい など
マラソン初心者・未経験者、大歓迎!!!
講義と実技を踏まえ、分かりやすくレクチャーします!
一緒に楽しく走りましょう♪♪

開催日:6/26・7/3・10・17(火) 雨天決行
10:00～11:30

場所 : 体育棟1F パーソナル室・府中の森公園

対象 : 16歳以上

定員 : 8名

持ち物: 中履き、ランニングシューズ、飲み物、走れる服装、タオル、雨具

参加費: ¥6,000/全4回

キャンセル: 申し込み後の返金はいたしかねます。

申込み期間: 6/1(金)～6/26(火) 当日まで

申込み方法: 体育受付にて直接申込み(9:00～20:30)

お問合せ : TEL 042-336-5701(体育受付)



講師: 田口 祐貴【一般社団法人 Grow Sports 代表理事】
競技実績 全国高校総体出場(インターハイ)
全日本学生選手権出場(インカレ)

