

はらっパーク ランニング クラブ



朝から体を動かして、気分爽快!お休みの朝、布団からなかなか起き出せないこと、ありませんか。外へ出て日の光を浴びることで、いちにち元気に過ごすことができます。ランニングクラブでは、体操やストレッチを挟みながら少しずつ走る距離を伸ばしていきます。 **レッツ・エンジョイ・ランニング!**

春季ランニング・レッスン日程

1回目:4/14(日)	5回目:5/6(月・休)*
2回目:4/21(日)	6回目:5/19(日)
3回目:4/28(日)	7回目:5/26(日)
4回目:5/3(金・祝)	8回目:6/2(日)*

*...記録会

講師: 中野 靖之

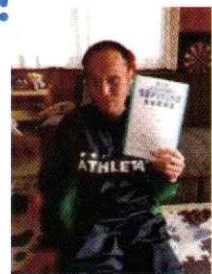
(一財)アールビーズスポーツ財団

ランナーズマイスター認定コーチ

【講師からのメッセージ】

ランニングクラブも、6年目を迎えました。

クロスカントリーコースも整備され、暑くても日陰の小道を気持ちよく走ることができるようになりました。今年も、もっと速くなりたい!という子どもたちと、定期的に体を動かしたい!というお父さん・お母さんの笑顔を楽しみにしています。



受付: 8:30~9:00

時間: 9:00~10:30

対象: 小学生以上ならどなたでも

※保護者の参加も可能です

持ち物: 飲物、タオル等

料金: 1人 500円/回

【家族・兄弟参加の場合】

2人 800円/回

3人 1,000円/回

申込方法

事前予約が必要です。ご予約は、前日15時までに窓口またはお電話でお申し込みください。

はらっパーク宮代 TEL.0480-37-1982
FAX.0480-53-8477

<https://www.nem-shiteikanri.jp/shisetsu/halappark>