

2020年度

健康づくりランニング教室 会員募集!!

一緒にスタジアムを走ろう!

プログラム

みんなでランニング、各種トレーニング、フォーム指導、走力向上のアドバイス

開催場所

- ① 山形県総合運動公園内 NDソフトスタジアム山形 (山形県天童市山王1-1)
- ② 山形県あかねヶ丘陸上競技場 (山形県山形市あかねヶ丘2-4-1)

※2020年9月よりNDソフトスタジアム山形(陸上競技場)が改修工事を実施するため競技場が使用不可となります。
それに伴い、9月までは山形県総合運動公園内で行いますが、10月より会場を『山形県あかねヶ丘陸上競技場(山形市)』に変更いたします。会員の皆さまには、大変ご迷惑おかけいたしますが、何卒よろしくお願い致します。

開催日時

2020年4月～2021年3月
原則第2・第4水曜日 18:30～20:30

★スケジュール

- ①NDソフト
- ②あかねヶ丘

2020	① 4/15	① 4/22	① 5/13	① 5/27	① 6/3	① 6/17	① 7/1	① 7/22	① 8/12
	① 8/26	① 9/9	① 9/30	② 10/14	② 10/28	② 11/11	② 11/25	② 12/9	② 12/23
2021	② 1/13	② 1/27	② 2/10	② 2/24	② 3/10	② 3/24			

対象

2020年4月1日現在18歳以上の方
※但し、現在、病気・怪我等で治療中または通院中の方は主治医の許可が必要となります。

参加料

12,000円(年額)保険料含む(全24回)
なお、雨天の場合は雨天走路(ND)使用料100円を別途集金いたします。

※初回当日に教室参加料をお持ちください。

定員

30名(先着) 募集定員になり次第終了

指導者

小林孝代表(クレイジーTK)、協会スタッフ 他

備考

受付完了後、参加決定通知をお送りいたします。
但し、教室開催日が間近の場合は、送付ではなくお電話でのご案内となる場合があります。



お問合せ先

21 公益社団法人山形県スポーツ振興21世紀協会
健康づくりランニング教室 係

〒994-0000 山形県天童市山王1-1

TEL 023-666-8883 / FAX 023-666-8892

詳しくは HP をご覧ください

スポーツ山形21 ランニング で検索



▼参加申込書でのお申込
指定の参加申込書(チラシ裏面)に必要事項をご記入のうえFAX・郵送・持参のいずれかにてお申込ください。

▼申込フォームでのお申込
当協会のホームページにある申込フォームからお申込ください。

山形県スポーツ振興21世紀協会

健康づくりランニング教室参加申込書

記入日： 年 月 日

参加目的 ※該当する目的に○をつけてください。	大会参加 ・ 趣味 ・ 健康づくり兼ダイエット その他 ()
経 験	ランニングの頻度 (日/月) 1回あたりの走行距離 (km) 又は 時間 (分)
	マラソン大会に出場したことはありますか？ (3年以内) ある ・ ない 大会名： 種目・タイム：

氏名	ふりがな		
生年月日	昭和・平成 年 (西暦 年) 月 日 (満 歳)		
連絡先	住所	〒	
	電話	(自宅) () - -	(携帯) - -
	FAX	() - -	
	E-mail		
既往症・怪我等	特にない ・ 高脂血症 ・ 心筋梗塞 ・ 狭心症 ・ 糖尿病 ・ 脳卒中 その他 ※具体的に ()		

連絡欄	
-----	--