

初心者歓迎!

有明 ランニング部

担当者

佐々木衛(ささきまもる) 元日本大学陸上部

森脇輝(もりわきひかる) 全国高校駅伝出場、全国実業団駅伝出場

集合場所：有明スポーツセンタートレーニングルーム前

実施場所：有明～お台場海浜公園周辺

対象：<初級> 概ね10Kmを1時間半程度で走れる方
<中級> 概ね10Kmを1時間以内で走れる方

参加費：無料 (トレーニングルーム利用料のみ)

申込方法：お電話、またはトレーニングルーム受付に直接お申し込み下さい。

日程	集合時間	時間	対象
1/6 (土)	09:55	10:00～11:30	中級
1/20(土)	09:55	10:00～11:30	初級
2/3 (土)	09:55	10:00～11:30	中級
2/17(土)	09:55	10:00～11:30	初級
3/3 (土)	09:55	10:00～11:30	中級
3/17(土)	09:55	10:00～11:30	初級
3/31(土)	09:55	10:00～11:30	中級