

ランニング教室

自分なりに走っているけれど、思うように走ることができない・・・
そんなみなさんに「正しく」「楽しく」「長く」走ることができるよう
になる「コツ」をお伝えします。

実施日：令和3年11月 7日（日）
11月14日（日）
11月21日（日）
11月28日（日）
12月12日（日） 全5回

時間：9：30～12：00

会場：川越運動公園内 外周道路及び自由広場

対象：市内在住・在勤・在学の18歳以上

参加費：3,000円

定員：20人（定員を超えた応募の場合は抽選）

講師：いのしたゆうき 井下裕貴 氏（川越市陸上競技協会所属・埼玉駅伝
2020第1区 区間賞ランナーです。）

申込：往復はがきに、教室名(ランニング教室)、住所、
氏名、電話番号を明記して、10月24日(日)
必着で川越運動公園総合体育館に郵送してく
ださい。

主催：公益財団法人川越市施設管理公社