令和8年度千葉県総合スポーツセンター　スポーツ教室のお知らせ

初心者も大歓迎!!

ランニングクリニック

無理なく走る「健康」をテーマにした大人対象教室！

第2弾

12/4（金）
10:00～12:00
第2陸上競技場
宿泊研修所研修室

定　員	30名
参加費	1，000円
申込方法	メール または 窓口にハガキ持参

講師協力：(一財) 千葉陸上競技協会
講師は陸上競技の有資格コーチです！
第2弾もスペシャルコーチとして大阪・東京国際マラソン経験（サブスリー）のある現役ママさんランナーも来所されます！！



第2弾は ランニング初級・中級者向け ✨

『理想のランニングフォーム、怪我予防・コンディションの保ち方』

～ 怪我無く最後まで楽に走りきるための 身体作り や ケアの方法 を学び、
秋・冬シーズン大会に出場される方はもちろん、ご自身の目標達成を目指す方も
今一度フォームやトレーニング方法を見直してみませんか？ ～

雨天中止・小雨決行

※ 中止の場合は、開始時刻1時間前に千葉県総合スポーツセンターHP掲載または会場に掲示しお知らせします。

※ 天候や施設の都合等により、中止または変更となる場合があります。

＜申込期間＞ 11月3日（火・祝） ～11月25日（水）

【お問合せ先】
〒263-0011　千葉市稲毛区天台町323番地　TEL：043-290-8502（休所日：月曜日　月曜が祝日の場合は翌平日）
千葉県総合スポーツセンター　スポーツ教室担当まで
メール：ccsc-kyousitu@cue-net.or.jp
千葉県総合スポーツセンター　検索

－ランニングクリニック②参加申込方法－

①応募（締切日必着）

■メールの場合

ccsc-kyousitu@cue-net.or.jp

上記アドレス宛に必要事項を入力して送信

※事務局からの確認メールをもって申込受付完了となります。（5日以内に返信 ）

■往復はがきの場合

●往信はがきの内容

1）教室名
2）郵便番号・住所
3）氏名（ふりがな）
4）性別　　5）年齢（生年月日）
6）電話番号　7）ランニング歴

●返信はがきの内容
応募者宛先を明記

■受付窓口の場合

●85円官製はがき持参
（結果通知をメールで希望しない、PCメールの受信ができない方）
⇒応募者宛先明記＋下記申込書記入

窓口：スポーツ科学センター2階（9時～17時）
1階トレーニングルーム（9時～20時）

②結果通知

（返信はがき/官製はがき/メール）

◎当選の場合→③へ

×落選の場合→はがきまたはメールの内容をご確認ください。

同居家族で同じ教室に申し込みの場合、同時抽選として1回（枚）の申込みが可能

※受講希望者全員分の必要事項をご記入下さい。

③教室参加(参加費当日支払い)

はがき または メールの内容をご確認の上、教室開催日に会場にお越し下さい。

◎募集期間終了後、申込多数の場合は抽選となります。（先着順ではありません）定員に満たない場合は教室の開催を検討する場合があります。

都合により教室の変更・中止が生じる場合がございますのでご了承下さい。

【プライバシーポリシー】教室の受講申込に係る個人情報は、必要な場合（保険手続き等を含む）をのぞき、その他の目的には利用いたしません。また、応募はがき、受講申込用紙、同意書、受講者名簿等、個人情報が記入してあるものにつきましては、教室終了後速やかに破棄、または消去するものといたします。

【保険について】千葉県総合スポーツセンターのスポーツ教室は、主催者側で「レクリエーション傷害保険」に加入しておりますので、安心して受講いただけます。(保険料は、参加費に含まれております。)スポーツ教室中の事故・怪我が対象となります。



【参加にあたっての注意事項】

・適宜水分補給をお取り下さい
・講師、スタッフが体調不良の際はレッスンを中止または日程等変更が生じる場合があります

キリトリ線

令和8年度 ランニングクリニック②(12/4) 参加申込書

住所	〒　　－		
ふりがな		ランニング歴	なし
氏名	男・女		
生年月日（年齢）	年　月　日（　歳）		あり（　）年
電話番号	（　）		
メール（希望の方）	※PCメール受信可能なアドレスを記入下さい。		