



初心者向け～キレイに走ろう ランニングクリニック in 柏の葉

@kashiwanoha

講師 小西 政弘 (NPOニッポンランナーズ・コーチ)

日時 2014年10月26日 11月2日 11月9日 **雨天中止**

いずれも日曜/午前11時～12時

場所 千葉県柏市柏の葉公園・体育館会議室(集合)

資格 小学4年生以上～大人

内容 **【第1回】10/26 「走る前の準備運動」**

【第2回】11/2 「正しいランニングフォームを身につけよう」

【第3回】11/9 「公園内をジョギング」

1回参加でも
OKです

参加料 **無料**

募集定員
50名

主催 特定非営利活動法人ニッポンランナーズ

協力 一般財団法人千葉県まちづくり公社 柏の葉公園管理事務所

お申込期間

2014年9月15日～10月15日

お申込方法

下記メールまたはお電話にて①～④をお知らせください

kashiwa@nipponrunners.or.jp

①氏名 ②連絡先 ③生年月日 ④住所

お問合せ先

NPOニッポンランナーズ

〒285-0014 千葉県佐倉市栄町10-12伊能ビル1F

TEL043-481-0711 担当:小西政弘(090-8504-6737小西携帯)

柏の葉公園

詳しくはGoogleなどでClick!