

“さがえ” さくらんぼマラソン大会 第50回記念イベント

走る楽しさを、もっと自分の力に！

RUNNING CLINIC

参加料
無料！



レベルアップの2時間！

日時

5月30日（土）14:00～16:00（受付 13:30～）雨天決行

13:30～ 受付開始

14:00～ 講座開始（正しいフォーム作り、補強トレーニング、レベル分け実践等）

16:00 講座終了予定

会場

チェリーナさがえ及びリバーサイズロード（チェリーナ裏）

住所：寒河江市大字寒河江字久保7 Tel.0237-85-1800

定員

さくらんぼマラソン参加者50名、市民50名 計100名

※先着順

講師

マラソンランナー 谷川真理 氏 日本一走るアナウンサー 長谷川朋加 氏

持ち物

運動に適した服装、シューズ（屋内・外）、飲み物、タオル、着替え等

申込

電子申請でお申込みください



マラソン参加者



寒河江市民

その他

- ・クリニック当日に発熱および体調不良等の自覚症状が見られた場合は、参加をご遠慮くださいますようお願いいたします。
- ・貴重品は各自で管理をするようお願いいたします。
- ・ゴミは各自でお持ち帰りください。
- ・暑さ対策と水分補給を十分に行ってご参加ください。
- ・クリニック参加中のけが等につきましては、主催者が加入する傷害保険の適用範囲内で対応いたします。

問い合わせ：“さがえ”さくらんぼマラソン事務局（スポーツ振興課）

TEL：0237-84-1877 Mail：sports-sagae@city.sagae.yamagata.jp