

# Road to 高槻シティハーフマラソン



- ・ はじめてのランニング(ゆるゆるrun)
- ・ ステップアップのランニング(ステップアップrun)
- ・ 今城塚古墳公園でレッツ チャレンジ

共催 高槻シティハーフマラソン実行委員会  
高槻市陸上競技連盟  
後援 高槻市

## いつ? どこで? . . . ?

1. 平成29年10月1日 (日)
2. 午前10時から12時まで
3. 雨天決行
4. 1人 : 500円
5. 募集50人 (中学生以上)
6. 今城塚公民館 . . . 講義 (走るって楽しい)
7. 今城塚古墳公園 . . . 実技 (ゆるゆるRun 2<sup>#</sup>□)  
(ステップアップRun 3<sup>#</sup>□)
8. 申込締切 : 9月15日 (金)

E-mail [t-marathon@lake.ocn.ne.jp](mailto:t-marathon@lake.ocn.ne.jp)

Tel 072-673-0159

# プロ・コーチによる指導



岡村 輝将 (おかむら てるまさ)  
SWAC大阪 ヘッドコーチ  
1983年生、鳥取県出身 八頭高校卒  
元トヨタ自動車九州陸上部  
2004年 世界ハーフマラソン日本代表  
(ハーフマラソン1時間2分19 秒)  
ニューイヤーマラソン出場4回

## 今城塚古墳公園でレッツ チャレンジ



ランニングは楽しい

みんなで走れば、なお楽しい



プロコーチと一緒に、ゆるゆるRUN



フォームチェックで、

ステップアップ°RUN

