

「初心者・中級者ランニング教室」



主催 高槻シティハーフマラソン実行委員会

いつ?

1. 平成 30 年 9 月 23 日 (日) 雨天決行

いくら?

2. 午前 10 時から 12 時まで

3. 1 人・・・500 円

どこで?

4. 募集 50 人 (9 月 18 日〆切)

5. 今城塚公民館・・・講義 (走るって楽しい)

6. 今城塚古墳公園・・・実技指導 (約 2~3 キロ)、質問タイム有り

どうやって?

7. 申込方法 ①Tel 072-673-0159

月～金曜日 (9:00~17:00)

②E-Mail t-marathon@lake.ocn.ne.jp

③「高槻シティハーフマラソン」ホームページより

<http://t-marathon.org/>

プロコーチによる指導



岡村 輝将さん(おかむら てるまさ)

RUN CONNECTION 所属

1983 年 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)

ニューイヤーズ伝出場 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

ランニングに関する質問・悩みがある方も是非ご参加ください