

神戸マラソン

王子スポーツセンター

ランニングクリニック

神戸マラソン4時間切りを目標の方向けのクリニックを開催します。
内容は90分の実技をメインに神戸マラソン優勝者や当協会ベテラン
コーチ陣が楽しく指導します。他のマラソン大会が目標の方も大歓迎!!
ぜひご参加ください!!

	日程	実施時間	練習内容(予定)	練習・受付場所	講師
①	7月28日(日)	17:30~ 19:00	ペースと動きづくり	王子スタジアム (陸上競技場) 受付：正面入口	神戸市スポーツ協会 ランニングコーチ
②	8月25日(日)		ペース走と坂対策		
③	10月27日(日)		感性のマラソン フォームづくり		第1回神戸マラソン優勝 中山 卓也 氏

◆対象：マラソン4時間切りを目標の方
中学生以上（定員を超えた場合は抽選）

◆定員：各回30人

◆参加費：1,000円（当日徴収します）

◆申込方法：当センターホームページ申込フォームから

◆申込期間：各日程の1ヶ月前9時～2週間前16時30分

◆その他：雨天決行

※ただし当日15時30分に神戸地区に気象警報が発令（波浪警報除く）の場合は中止します。



☆神戸市出身
須磨学園高校卒業
☆第1回神戸マラソン優勝

神戸市立王子スポーツセンター

Kobe Oji Sports Center

王子スポーツセンター
公式LINEアカウント

〒657-0805

神戸市灘区青谷町1-1-1

TEL 078-802-0223

王子スポーツセンター

