

大人のための

陸上教室in

北麓

小瀬スポーツ公園で14年間続いている県内で
唯一の大人(成人)を対象にした短距離教室です。

「短距離を心地よいスピードで無理なく走る」為の
方法を紹介します。効率的な走り方、動きづくり、
ストレッチなどをおして、
走り方が変わる楽しさを体験しましょう!

■講師 ☆高根 友典(たかね ともり)

競技歴 専門種目400mハードル

日本学生選手権2位、全日本実業団3位など

令和6年

11月16日(土)

開催!!

■時間 13:30~15:00
(受付開始13:00頃)

■主催 公益財団法人
山梨県スポーツ協会

■場所 富士北麓公園
ウッドストリート

■参加費
1回/大人1名 550円

■持ち物
動きやすい服装・水分・
タオル・屋外用シューズ

お申し込みは裏面をチェック!!



お申し込みはこちら!!

下記QRコードを読み取るか、北麓公園ホームページのリンクよりGoogleフォームに移動し、必要事項を入力し送信してください。なお、送信後に受付完了などの通知は送られませんのでご注意ください。

Googleフォーム(参加受付)→



受付期間 令和6年11月8日(金)8:00~
11月15日(金)17:00

お問合せ先

山梨県スポーツ協会 富士北麓公園管理事務所

住所:山梨県富士吉田市上吉田5000番地

TEL:0555-24-3651

Mail:hokuroku@mfi.or.jp



北麓公園ホームページ→

その他詳細

- ★参加費は当日受付でお支払いください。
- ★当日は会場に直接お越しください。



Instagram

X(旧ツイッター)



その他情報は→
コチラから