

マラソン大会出場者必見！
REN マラソン対策講座

初級 9:30～12:00		中級 16:00～18:00		上級 9:30～11:30	
2018.7.7(Sat)	2018.8.11(Sat)	2018.7.22(Sun)	2018.8.26(Sun)	2018.9.16(Sun)	2018.10.21(Sun)
2018.9.1(Sat)	2018.10.6(Sat)				

より速く、より遠くへ！



講師 岩田 豪氏
【経歴】
1999年 西脇工業高校 卒業
2003年 東洋大学 卒業
【主な実績】
2002年 関東学生陸上競技対校選手権大会
【部ハーフマラソン 8位
2002年 全日本大学駅伝 総合6位 6区 区間4位
2003年 東京駒園国際大学駅伝 総合6位 10区 区間2位
(10区は予選記録を保持)



初級 毎マラソン参加の方にオススメ！ 完走を目的としたクラス
中級 マラソン大会に参加し、少しタイムをアップしたい方にオススメ！ 6時間～5時間の完走タイムを目的にした方のクラス
上級 今以上のタイムを欲しい、好タイムを目指したい方にオススメ！ 4時間～3時間の完走タイムを目的にした方のクラス

対象	中学生以上	定員	初級 中級 上級 各クラス30名 15名 ※定員に達し次第締め切ります。
スケジュール	初級 9:30～12:00 中級 16:00～18:00 上級 9:30～11:30	参加料	各クラス 1回/回/3,500円 (天然温泉利用料・夜料1枠を含む) マラソン大会出場料別途。詳細は要予約。お申し込みは要領をご確認ください。
		特典	マッサージチェア 1回無料

KOBÉ MINATO ONSÉN REN 神戸みなと温泉 蓮
 1-1 Shinbo-cho, Chuo-ku, Kobe, Hyogo, Japan 〒650-0891 神戸市中央区新港町1-1
 Tel: 078-363-7000 https://ren-onsen.jp/ Tel: 078-363-7000 https://ren-onsen.jp/

RENランニングクリニック【初級クラス】

自己流脱却！めざせ自己ベスト更新！神戸の海風を切って愉しく快走しよう。

イベント名	RENランニングクリニック【初級クラス】
開催日	2018/8/11
受付開始	9:00 ~
申込料	REN ランニングクリニック 3,500円
支払方法	会場払い
参加定員	30人
開催場所	神戸みなと温泉 蓮
住所	兵庫県神戸市中央区新港町1-1
主催者	神戸みなと温泉 蓮
お申し込み	イベントへのお申し込みはこちらのサイトから！ https://moshicom.com/17663

