

## ★ランニング初級★

距離を伸ばしていきたい方に

お申し込みは  
お早めに!!

1月23日(木) 19:00~20:30

1月30日(木) 19:00~20:30

コーチと一緒に大阪城公園内ランニングするクラスです！  
皆さまのランニングフォームをコーチがチェックし、アドバイスさせていただきます。  
少しずつ練習の距離を伸ばしていきたい方、身体を動かしたい方、  
大会に向けて練習中の方、ランナー友達を作りたい方などに  
おススメの練習会です★

走行距離は約8~10kmです。(変動有)

**定員** 30名

**料金** 法人 1,000円(税込)  
一般 1,500円(税込) ※利用料込の金額です

**申込方法** ランニングベース大阪城フロントor電話予約  
→ランニングベース大阪城にてお支払い  
TEL☎:06-6450-6613

**コーチ紹介**  
山本芳弘(スポーツクラブNAS株)

奈良県添上高校→トヨタ紡織→NTN  
フルマラソン自己ベスト2時間13分22秒  
ハーフマラソン自己ベスト1時間2分3秒  
世界ハーフマラソン日本代表  
国民体育大会2位

## 1月30日【初級】ランニングベース大阪城ランニング教室

コーチと一緒に大阪城公園内ランニングするクラスです！

皆さまのランニングフォームをコーチがチェックし、アドバイスさせていただきます。

少しずつ練習の距離を伸ばしていきたい方、身体を動かしたい方、

大会に向けて練習中の方、ランナー友達を作りたい方などにおススメの練習会です

走行距離は約8km~10kmです。(変動有)

イベント名	1月30日【初級】ランニングベース大阪城ランニング教室
開催日	2020/1/30
受付開始	7:30 ~
申込料	施設利用(ビジター)+練習会 1,500円 施設利用(法人会員)+練習会 1,000円
支払方法	会場払い
参加定員	30人
開催場所	ランニングベース大阪城
住所	大阪府大阪市中央区大阪城3-1
主催者	RUNNING BASE 大阪城

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/37818>



### MAP

