

# ランニング超入門

♥ビギナーさん大集合♥

お申し込みは  
お早めに!!

9月1日(火) 19:00~20:30  
9月15日(火) 19:00~20:30

コーチと一緒に大阪城公園内をジョギ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。  
ランニングをはじめたけれどなかなかはじめられなかった方、  
お仕事終わりに軽く身体を動かしたい方、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3km~5kmです。(変動有)

**定員** 限定 10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  
奈良マラソン2019 優勝

## 9月1日

### 限定10名【超入門】ランニングベース大阪城ランニング教室

大阪城公園内をジョギングしながらコーチが

皆さまのランニングフォームをチェックし、アドバイスさせていただきます。

ランニング初心者の方、フルマラソンに挑戦したい方、フォームが気になる方、

ランニング仲間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3km~5kmです。(変動有)

イベント名	9月1日 限定10名【超入門】ランニングベース大阪城ランニング教室
開催日	2020/9/1
受付開始	7:00 ~
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
開催場所	ランニングベース大阪城
住所	大阪府大阪市中心区大阪城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！ <a href="https://moshicom.com/44712">https://moshicom.com/44712</a>

