

2022年10月23(日)
観光マラニック
 スロージョギングで行く!
 鎌倉中央公園経由

スロージョギングは運動靴さえ履いていれば私服でもできますので、普段の買い物や散歩でも気軽に出来ます。

スロージョギング
 インストラクター
 前田秋勝

集合場所：湘南江の島駅 料金：大人2000円 子供1000円

10月23(日) 集合時間:9:00~9:15

お問合せ先：スロージョギング前田秋勝
 住所 ■神奈川県鎌倉市大船1-15-9 TEL:090-4200-8331

スロージョギング®で行く！観光マラニック 湘南モノレールマラニック(鎌倉中央公園経由)

提唱者である田中宏暁先生（福岡大学名誉教授）談。スロージョギングとは隣の方と話ができるくらいの運動の強さで行うジョギングの事です。

ゆっくり、のんびり進みますがウォーキングの2倍の運動効力があります。

イベント名	スロージョギング®で行く！観光マラニック 湘南モノレールマラニック(鎌倉中央公園経由)
開催日	2022/10/23
受付開始	9:00 ~
申込料	大人（中学生以上）参加チケット 2,000円 小人（小学生以下）参加チケット 1,000円
支払方法	会場払い
開催場所	湘南江の島駅改札出口付近
住所	神奈川県藤沢市片瀬3-15
主催者	かまくRUN
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/76234

