愛三工業陸上競技部のメンバーと走る！

温泉付き！

刈谷ハイウェイオアシス 天然温泉 かきつばた

ランニング教室

参加にはご予約が必要です。

10/26（土）開催！

集合時間

AM7:10～7:25（受付）

所要時間

約3時間20分

（10:15～10:45終了予定）

※雨天決行

愛三工業陸上競技部のご紹介

ニューイヤーズ駅伝（全日本実業団対抗駅伝競走大会）に18年連続で出場している中部地区の名門チーム。各地で行われるハーフマラソンやフルマラソンにも積極的に参戦しています。

初心者から上級者の方までご参加OK！

スタート

1 天然温泉 かきつばた集合

受付7:10～7:25

荷物をお預かりします。
ロッカールームで着替もOK!

2 ランニング レクチャー

愛三工業陸上競技部メンバーが
ランニングに関する
レクチャー &ドリルを実施。

3 洲原公園までRUN！（レベルに応じてクラス分け）

「初級」と「中・上級」の
2クラスに分かれ、
洲原公園まで走ります。

4 みずみずしい 洲原公園を周回

初級クラスは1周、
中・上級クラスは2周。
レクチャーの内容を意識して!

5 天然温泉 かきつばた までダウンJOG

選手への質問タイムを設けますので、
ランニングに関するお悩みや
疑問があれば聞いてみましょう!

6 天然温泉で ゆったり！

お疲れさまでした!
天然温泉やお食事など、
ゆったりとお楽しみください。

ゴール

●ランニングの総距離は初級クラスで約8km、中・上級クラスで約10kmです。

参加料 1,500円（税込） 要予約

ランニング教室 ＋ 特典いっぱいのランナーズ温泉パック

参加ご希望（予約）の方は裏面をご覧ください。

愛三工業陸上競技部のメンバーと走る!

天然温泉かきつばた ランニング教室

温泉付き!

開催概要

開催日 ： 10月26日(土) 雨天決行。ただし、台風など悪天候の際はプログラムの変更または中止する場合がございます。
集合時間 ： AM7:10～7:25(受付)
集合場所 ： 天然温泉かきつばた前(受付を設置します)
所要時間 ： 約3時間20分(10:15～10:45終了予定)
参加費 ： 1,500円(ランニング教室+ランナーズ温泉パック)

〈ご参加にあたっての注意〉

- イベント中に生じた事故、ケガ、体調の急変、盗難などすべてのトラブルに関して、当店は一切の責任を負いかねます。
- コース上に給水ポイントを1ヵ所設けますが、各自ボトルポーチなどでドリンクを携行し、くれぐれも熱中症にはご注意ください。
- 当日は一般道を走ります。安全のため、コーチ・スタッフの指示を必ずお守りください。(他の参加者の迷惑となる行為をされた方は、参加を取りやめていただく場合がございます)
- クラス分けするため初心者でも安心ですが、少なくとも「連続で5km以上ムリなく走れる」方を対象とします。
- イベント中に撮影した写真は、弊社プロモーションに使用させていただく場合があります。

キ リ ト リ

ランニング教室 参加申込書(予約)

お 名 前

お住まい 〒

電話番号 (　　) –　　緊急連絡先 (　　) –

●上記「ご参加にあたっての注意」をお読みになり、ご理解いただけたでしょうか?　はい ・ いいえ

※「はい」に丸を付けられた方のみご参加いただけます。

〈アンケート〉

1. 当イベントをどこでお知りになりましたか?
   □ 館内ポスター・チラシ　□ 名古屋ランニングジャーナル(FR758)　□ その他(　　)
2. 天然温泉かきつばたへの来館回数は?
   □ 初めて　□ 2回目　□ 3回～5回ぐらい　□ 5回～10回ぐらい　□ 11回以上
3. 月間のランニング距離は?
   □ 50km以内　□ 50～100km　□ 100～150km　□ 150～200km　□ 200km以上
4. 愛三工業陸上競技部をご存知でしたか?
   □ はい　□ いいえ
5. 天然温泉かきつばたへのアクセス手段は?
   □ クルマ　□ 電車+バス等　□ その他