

大人の入門ランニング教室

主催：認定 NPO 法人新発田市総合型地域スポーツクラブ

共催：新発田市

日程：令和 7 年 10/14.21.28 11/4.11 （火曜日 全 5 回）

時間：19:30～20:30（60 分）

会場：五十公野公園陸上競技場（雨天時：屋内走路）

定員：20 名程度（先着）

対象：16 歳以上の方、ランニング初心者、ランニングを始めたい方、
歓迎します

内容：主にランニング初心者の方に向けた内容で、やさしいランニング
方法やトレーニング方法を紹介し、実践します

料金：3,500 円（全 5 回分）※初回に徴収いたします

申込方法：とらい夢ホームページから ⇒



申込期間：9/23（火）～10/5（日）まで



施設に関するお問合せ：五十公野公園陸上競技場

TEL 0254-22-5244 9:00～17:00

