

令和5年6月9日

お知らせ

岡山県総合グラウンドコンソーシアム・チーム岡山 岡山県総合グラウンド事務所	
担当・電話	末田、小野 086-253-3950

「マラソン完走講座」 参加者募集！

フルマラソンの完走を目指している方を対象に、「マラソン完走講座」を開催します。座学・実技を通して、42.195kmを走り切るための持久力・筋力を強化する方法やレースに向けたコンディショニング、実践的なトレーニング方法等が学べます。おかやまマラソンに参加される方、お待ちしております。

記

- 1 日 程 令和5年7月29日（土） 10:00～12:00（受付 9:00～）
- 2 対 象 18歳以上の方 先着50人（定員になり次第締切り）
- 3 参加料 500円
- 4 申込み 申込み期間 6月9日（金）～ 7月14日（金）
申込み方法 電 話 086-253-3950（9時～17時）
FAX 086-256-7533
メール ground@okayama-momo.jp
申込み時の確認事項
氏名、ふりがな、性別、生年月日、電話番号
- 5 会 場 岡山県総合グラウンド シティライトスタジアム（陸上競技場）
- 6 主 催 岡山県総合グラウンドコンソーシアム・チーム岡山
実施主体：（一社）岡山県総合協力事業団
協 力：環太平洋大学陸上競技部
- 7 その他 詳しくは、岡山県総合グラウンドホームページのイベント情報をご覧ください。
<https://www.okayama-momo.jp/event/>