●重松森雄総合体育館館長によるスポーツ教室

　今年も、まどかパークランニング記録会を開催いたします。昨年、リニューアルしたばかりのグラウンドで、自己記録を目指して走ってみませんか。

　指導は、元マラソン世界記録保持者の重松森雄総合体育館館長が行います。この機会に、個々のレベルに合ったアドバイスなどを聞くことができます。

１．開催日 ①令和５年　５月２３日（火）

②令和５年　６月２０日（火）

③令和５年　７月１８日（火）

④令和５年　８月２２日（火）

⑤令和５年　９月１９日（火）

⑥令和５年１０月１７日（火）

月１回（全６回）

　２．場 所　　大野城総合公園　多目的グラウンド

３．種　目　　①３，０００ｍ　　②５，０００ｍ

４．時　間　　（受付）１９時００分～１９時３０分

　　　　　　　（スタート（予定））３，０００ｍ　１９時４５分

　　　　　　　　　　　　　　　　 ５，０００ｍ　２０時１０分

※ウォーミングアップはスタート時間に合わせて各自で行ってください。

５．対象者　　市民、ランニング愛好者等

６．参加費　　無料　　※傷害保険は、各自で加入すること。

７．定 員　　各種目　２０名

８．指導者　　重松　森雄　大野城市総合体育館館長

９．申込方法　電話による事前申し込み制とする。

電話で氏名、**年齢、参加種目、連絡先（携帯番号）**を伝え、申し込むこと。定員になり次第締め切る。

10．実施方法　記録計測は３，０００ｍと５，０００ｍの２種目とする。

参加は、１人１種目とする。また、ウォーミングアップ及びクーリングダウンを含め逆走は認めない。（左回りとする）