

RUNNING

CLINIC

ランニング・クリニック



開催日

4 / 23 (日)

※申込受付期間：4/7 (金)～4/21 (金)

シーズン到来！

大会に向けた練習内容を紹介します。

《担当コーチ紹介》

NASトライアスロンスクール
古塩コーチ

- ・アイアンマンハワイ7回出場
- ・JATIトレーニング指導者



開催場所 井の頭恩賜公園西園
陸上競技場 (全面貸切)

集合時間 13:30 (13:20 受付開始)

集合場所 スポーツ施設管理センター前
スケジュール 13:20 受付
13:30～16:00 ランレッスン
16:00 解散

参加費 NAS会員・Lumina会員 4,000円 (税込)
会員外 ・ 4,500円 (税込) 保険料含む
スポーツクラブNAS吉祥寺のロッカー・シャワー使用料含
16:30～18:00 ロッカー・シャワー・お風呂使用可

対象 NAS会員・Lumina会員・会員外 (高校生以上)

定員 20名 (最少催行人数 7名)

申込方法

- ・NAS吉祥寺のホームページ「お問い合わせフォーム」をご利用ください。
- ・お問い合わせ種別は、イベントを選択してください。
- ・お問い合わせ内容欄に①ランニングクリニックと記入。
②NAS会員の方は会員番号 例：12345678
Lumina会員 例：Lumina
会員外 例：カイインガイ と記入。

振込先

三井住友銀行アオイ支店当座1198061スポーツクラブナス(カ)
※お名前入力の際、アタマに【230423】を入れてください。

注意事項

- ・催行決定日 4月23日 (日) 11:00 中止の場合のみ
NAS吉祥寺から連絡があります。
- ・キャンセル料については【7日～2日前まで】30%【前日】50%
【当日・無連絡不参加】100%

スポーツクラブNAS吉祥寺

TEL.0422-48-2241

