

第15回はだの丹沢水無川マラソン大会 記念大会スペシャルセミナー開催！

大会アドバイザー青山剛コーチの 「体幹で走れるカラダづくり」セミナー 参加者募集！！

青山剛氏を講師として招き、ランニングをより楽に、ケガなく継続的に行うためのストレッチや基礎ドリル、実践ランニングなどを行います。



【開催日】 **2019年11月3日(日)**

受付時間(9:00～) *小雨決行
9:30～11:30

【会場】

秦野市カルチャーパーク

総合体育館第2武道場(地下1階、入口で受付)、陸上競技場

【内容】

ランニングセミナー

(運動に適した服装・靴の着用をお願いします。)

【講師】 **青山剛氏** (TeamAOYAMA代表)

【プロフィール】

元プロトライアスリートとして日本代表を経験し、その後、コーチに転身。2004年アテネ五輪でトライアスロン女子日本代表選手を輩出。

現在は、「TeamAOYAMA」でのコーチングをはじめ、全国のクラブ、企業、学校などでセミナーや講演を開催。書籍やDVDの発行、TV、ラジオ出演実績も多数あり。

【申し込み】 <https://moshicom.com/32015/>



主催 秦野市
参加費 500円 (保険料込 / 当日、受付で御支払い願います)
募集人員 中学生以上 80人程度 (事前申し込み必要・先着順)
問い合わせ先 秦野市平沢148 カルチャーパーク管理事務所内
秦野市スポーツ推進課 TEL 0463(84)2795