

第22回 ぐんま県民マラソン

～ランニングクリニック実施～

8月25日(土)～10月27日(土)の全10回(毎週土曜)、
第22回 ぐんま県民マラソン2012 に参加するランナーを対象に
ランニングクリニック(教室)を開始します。

**初回
8月25日(土)
無料体験会
開催!!**

小中学生や、一般の方々を対象に「ランニングスクール」を開催している、「NPO法人 上州アスリートクラブ」では、来る8月25日(土)～10月27日までの毎週土曜日(全10回)、群馬県の高崎市石原緑地芝生公園にて、高崎市内や近隣に在住の「ぐんま県民マラソン2012(2012年11月3日開催予定)」に参加予定のランナーを対象としたランニング教室を開催いたします。

クラスは、初心者～上級者までの全4クラス。全てのランナーが対象になります。

講師は、マラソン2時間15分04秒の記録を持ち、日清食品グループでニューイヤー駅伝にも出場した経験がある弊社クラブヘッドコーチの荒井崇が務めます。

主催：NPO法人 上州アスリートクラブ



JOSYU ATHLETE-CLUB

【ランニング教室概要】

日 時：2012年8月25日(土)～10月27日(土) 毎週土曜日の全10回

◆初心者… 8:30～10:00 (90分：土曜)

◆初 級…13:00～15:00 (120分：土曜)

◆中 級…15:00～17:00 (120分：土曜)

◆上 級… 8:00～10:00 (120分：日曜)

…19:00～21:00 (120分：火曜)

※日程により時間変更有。詳細別紙参照ください。

場 所：石原緑地芝生公園

※上級クラス：火曜のみ健大高崎高校グラウンド

※雨天決行

参加資格：高崎市内や近隣に在住の方で「ぐんま県民マラソン2012」に参加予定の方。

定 員：80名(各クラス20名)/事前予約制。定員になり次第、締め切ります。

※TEL&FAX 027-315-8460 または メール info@josyu-a-club.org

上州アスリートクラブまで

※応募シートはホームページよりダウンロードして下さい。

ホームページ <http://www.josyu-a-club.org/>

指導内容：「走ることはスポーツの基本」をコンセプトに、走ることの楽しさや素晴らしさを伝え、正しいランニングフォームの習得を目指す内容になります。個人のレベルに合った練習メニューで指導します。

参加費：10,500円

※期間途中のご参加もOKです。料金は日割り計算(1,050円@1回)になります。

そ の 他：当日は運動のできる服装でご参加ください。

更衣室やシャワー等をご用意できませんので、ご了承ください。

飲み物は各自でご用意ください。

【講師プロフィール】

荒井 崇 (1970年生まれ：神奈川県横浜市出身)



関東学院大学→日清食品グループ→トリアスロン選手

※ニューイヤー(全日本実業団)駅伝出場

現在は、NPO法人上州アスリートクラブヘッドコーチとして在籍。

自己ベスト：5000m13分51秒97、10000m28分14秒16、マラソン
2時間15分04秒、

2007年全日本トリアスロン宮古島大会14位、

2007、2008、2009年アイアンマン・ワールドチャンピオンシップ
(ハワイ)3回出場 2008年は日本人3位(ランラップは世界5位
の2時間49分55秒) etc

【本件に関するお問い合わせ先】

特定非営利活動(NPO)法人 上州アスリートクラブ 担当：白水(しろうず)

事務所：群馬県高崎市末広町187番地1 ベルメゾン末広E-305

電話・FAX：027-315-8460 E-Mail：info@josyu-a-club.org