



nara marathon 2021

奈良マラソン ランニングクリニック Vol 3

今年の奈良マラソンランニングクリニックはWEBとリアルを組み合わせた3回構成!!。

1-2回目は大会HP「みるシカない！」にアップしている「ランニングクリニック on WEB vol 1-2」です。

今回の3回目はリアルの参加者を募集します。大会参加者を対象に、実際にグラウンドでペース走を行い自分の理想のペースを知っていただきます。

また、2週間の行動管理及び、レース当日の感染予防対策を踏まえた走り方、給水の取り方なども紹介。講師は、いつものクリニックでおなじみの佐藤光子さんです。

「vol 1-2」も是非チェックして、ご参加ください！。

参加者を募集しています

テーマ「ペースを覚えよう」

講師

【開催日】令和3年11月7日(日) 13:00～16:00(12:30～ 受付・着替え)

【集 合】天理大学体育学部キャンパス(奈良県天理市田井庄町80)
(近鉄・JR天理駅から、徒歩で西に約5分)

【内 容】12:30～ 受付開始、着替え
13:00～ ランニングクリニック開始
16:00～ 終了、着替え

【その他】雨天等で内容を変更する場合がございます。

感染症対策のため、参加には本イベント前2週間の「体調・行動管理チェックシート」の提出が必要です。この間に発熱やシート項目にチェックがあった場合は当日ご参加いただけません。シートはお申し込み後にお送りします。



佐藤光子
ランニング学会副会長
大阪教育大学非常勤講師

※クリニックでは「ランニングクリニック on WEB」の動画撮影を行います。
当日の様子は後日大会HPでも紹介いたしますので予めご了承ください。

〈募集要項〉

【対 象】18歳以上(高校生除く) ※奈良マラソン参加者対象

【募集人数】先着30人 要事前申込

【参 加 料】1,500円(税込) 保険料を含みます。当日、会場でお支払いください。

【申込方法】下記申込フォームにてお申し込みください。

後日、参加証と体調・行動管理チェックシートをお送りいたします。

【募集期間】定員に達し次第締め切ります。

【お申し込み先】奈良マラソン実行委員会事務局 ランニングクリニック係(担当:平瀬)
申込専用フォーム⇒ <https://form.nara-marathon.jp/runcli.html>

【問い合わせ先】E-mail event@nara-marathon.jp (お問い合わせはメールでお願いいたします)

■ アクセス

天理大学体育学部キャンパス(奈良県天理市田井庄町80)

近鉄・JR天理駅から、徒歩で西に約5分

