nara marathon 2026

ランニングクリニックin橿原

奈良マラソンでは、「今は運動していないけど、いつかマラソンに挑戦したい」「正しいトレーニングの方法を知りたい」というランニング初心者・中級者の皆さんを対象に、ランニングクリニックを開講しています。会場は、鞄工房山本 アスレチックフィールド橿原（県立橿原公苑）です。

現在、ランニングクリニックの参加者募集を開始しています

テーマは
「マラソンの栄養学（座学）/目標ペースを維持して走ろう（実技）」

【開催日】2026年11月28日（土）
9:00-12:00（8:30～　受付）

【会　場】鞄工房山本 アスレチックフィールド橿原
（奈良県立橿原公苑）橿原市畝傍町53
近鉄畝傍御陵前駅・橿原神宮前駅から徒歩5分

【内　容】 8:30～　受付開始
9:00　座学・実技
11:30　終了
※終了時間は前後する場合があります。

【その他】 雨天等で内容を変更する場合がございます。

〈募集要項〉

【対　　象】18歳以上（高校生除く）【募集人数】先着100人　要事前申込
【参 加 料】1,500円（税込） 資料代、保険料、施設使用料を含みます。当日、会場でお支払いください。
【申込方法】Eメール、FAXのいずれかで、氏名・住所・年齢・性別・携帯番号（お持ちでなければご自宅番号）・ランニング履歴（マラソン大会の参加有無、参加の場合はフル、ハーフ、10㌔など）をもれなくご記入の上、「ランニングクリニック係」までお申し込みください。後日、参加証（ハガキ）をお送りいたします。
【募集期間】11月20日（金）まで　※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
FAX 0742-81-8756

【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）

■ ランニングクリニック年間スケジュール

開催日	テーマ（座学/実技）	募集期間	会場	講師
6月21日（日） 8:00-11:00	マラソン挑戦6ヶ月計画 /マラソンと心拍数	終了しました	鞄工房山本 アスレチック フィールド橿原	佐藤 光子
10月25日（日） 9:00-11:30	奈良マラソン攻略、ペースを知り刻む /12分走テストで目標タイムを予測	終了しました	鞄工房山本 アスレチック フィールド橿原	前田 和良
11月28日（土） 9:00-11:30	マラソンの栄養学 /目標ペースを維持して走ろう	募集中！	鞄工房山本 アスレチック フィールド橿原	岩山 海渡

※講師・テーマは変更になる場合があります

■ 講師紹介

佐藤 光子 さん
ランニング学会参与
大阪教育大学非常勤講師

前田 和良 さん
ランニング学会認定
上級ランニング指導者
奈良マラソン2012男子総合3位

岩山 海渡 さん
天理大学体育学部　准教授
飛鳥ハーフマラソン2022男子総合2位

■ アクセス

鞄工房山本 アスレチックフィールド橿原
（奈良県立橿原公苑）**橿原市畝傍町53　近鉄畝傍御陵前駅・橿原神宮前駅から徒歩5分**