

東京 2020 大会レガシー事業 令和5年度大田区ランニング教室(第一回)の実施について

1 目的

東京 2020 大会開催によるスポーツへの関心の高まりを受け、気軽に取り組めるスポーツとして人気のあるランニングの普及と区民のスポーツ実施率の向上と健康増進を図るためランニング教室を実施する。

2 概要

- (1) 日 時 令和5年10月21日(土) 午前10時～11時30分
- (2) 場 所 平和の森公園・大森ふるさとの浜辺公園ランニングコース
- (3) 広 報 区報10月11日号、区ホームページ、ポスター掲示、チラシの配布
- (4) 募集人数 20名 (18歳以上の方)
- (5) 申込方法 電子申請もしくは電話で事前申し込み
- (6) 内 容 ランニング初心者を対象に、走り方のポイント等がわかるプログラムを提供する。
- (7) 講 師 おおかんだ さちこ
大神田 幸子氏 (株)オーエンス所属 健康運動指導士
- (8) その他 小雨決行、荒天時は中止。
- (9) ランニングコース

平和の森公園や大森ふるさとの浜辺公園などを巡る、3kmのコース(ふるさとの浜辺公園で折り返す)。

