事 業 名 なよろがっちりＲＵＮデー　～名寄市民は朝活ランニングでがっちり～

事業目的 走りたいと思っていても走るきっかけがない。誰かと一緒に走りたい。目標を持って走りたい。

そんな皆さんに向けた事業です。「毎日継続する力」を育み、体力維持・増進をはかります。

参加資格 ・集合場所まで自力で来ることができる方

・対象年齢はありません。

・経験不問。普段走っていない方でも参加いただけます。

日　　時 平成３０年７月２７日（金）～８月１０日（金）

　　集合時間 ６：５０～７：００

　　ランニング開始　　７：００

　　ランニング終了　　７：３０

※期間中、名寄市に合宿中のスポーツ選手やゲストをお呼びする予定です。

※各町内会の行なっているラジオ体操の後で行ないます。準備運動にラジオ体操をしてから参加することをお勧めします。

※雨天時は中止といたします。（Facebook・当会議所HPにて案内）

会　　場 ＜７月２７日～８月３日＞

名寄公園（駐車場あたりに集合）　住所：名寄市緑丘

＜８月４日～８月１０日＞

　　　　　　　　　　浅江島公園（サンピラー館周辺に集合）住所：名寄市西１３条南２丁目

準 備 物　　　　・ランニングに適した服装、靴。

・汗拭き用タオル。

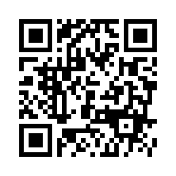
・キャップ（走る向きによっては朝日が眩しいことがあります。）

※主催者側でランニング後のスポーツドリンクを用意します。

参 加 料 無料

申し込み 参　加　自　由　（申し込み不要で、期間中いつでも参加可能です）

申込みはこちら

※準備の関係上、右記QRコードより事前申し込みを行いますが

申し込みいただかなくても参加可能です。

（事前申込者には特典あり）

※当日は、各集合場所までお越しください。

※途中からの参加（ランニング時間途中から・

期間内の途中から）も可能です。

そ の 他 ①本事業で撮影した写真や動画については、事業報告や次回開催時に広報のために使用させていただきますことをご了承ください。

②当イベントでの怪我・事故については一切の責任を負いかねますことをご了承ください。

問い合わせ　 一般社団法人名寄青年会議所　未来を拓くまち委員会

委員長：岩崎甚一郎（いわさきじんいちろう）　０９０－８３７１－９７２０

Fax:　０１６５４－８－９３１０　／　　Mail：what.would.jinchan.do.12@gmail.com