

ランニングイベント～トップアスリートに学ぼう！～ 開催要項

趣 旨	トップアスリートに直接教わることにより、ランニングペースや正しいフォームを身につけ、ランニングを通してスポーツを生涯楽しむことができる住民を育成する。
共 催	大府市・東浦町教育委員会・愛三工業株式会社
期 日	令和6年7月27日（土）午後6時15分～午後8時30分 （受付：午後6時00分～ あいち健康の森管理棟前）
会 場	あいち健康の森公園・公園内 ※小雨決行、開催が危ぶまれる場合は、当日・午後4時00分までに参加者へメールでお知らせします。
対 象	大府市・東浦町内の中学生以上（在住・在勤・在学） ※中学生は保護者の送迎と見守りが必要です。 ※中学生に限り、1.5 kmを8分程度で走れない場合、走行ペースが把握できない場合は参加を見合わせてください。
募集人数	各市町25名（先着順）
参加料	無料
講 師	愛三工業株式会社 陸上競技部【実業団】
内 容	効果的なストレッチやトレーニング方法などを実業団の選手と楽しく語りながら学ぶことができる教室です。走る時には走力に応じたグループに分かれるので、ランニング初心者から、大会をめざすランナーまで参加していただけます。 第1部 トレーニングの基本（ストレッチ、体幹トレーニングなど） 第2部 トップアスリートと走ろう（走力別に小グループに分かれ公園内を楽しく走ります。）
持 ち 物	タオル 水分補給できるもの
申込方法	各市町の申し込みフォームよりお申込みください。
そ の 他	<ul style="list-style-type: none">・参加者の傷病等については、応急処置及び、各市町の保険の適応範囲内で対応します。・内容については一部変更する場合があります。・撮影した写真をSNS等に掲載する場合がありますのでご承知おきください。

【お問い合わせ先】

●大府市市民協働部 文化スポーツ交流課（大府市役所内）

TEL 0562-45-6233

●東浦町教育委員会 スポーツ課（メディアス体育館ひがしうら内）

TEL 0562-83-8333