

3時間ラン練習会

3時間ランの練習会です。1周回2.4Kmの平坦な市民スポーツアクアスロン大会のランコースです。レースではありませんので、各自のペースで走って結構です。

フルマラソン・ハーフマラソンに挑戦する会員は奮って参加ください。

お友達・ご家族もお誘いください。 スタッフ・ボランティアも募集しています。

申し込み・問い合わせ先 谷川 正史 090-2856-9377 85-3785

【日時】

平成30年10月14日(日)

8時30分～12時00分

【会場】

南島原市加津佐町

B&G 周辺コース

(1周回2.4Km)

【主催】

南島原市トライアスロン協会

【参加費】 無料

【日 程】

8:30 集 合・受 付

9:00 ランスタート

12:00 終 了(解 散)

【注意事項】

- ① 自動車等の交通量は少ないですが、交通ルールの厳守をお願いします。
- ② 悪天候時は中止します。中止する場合は連絡いたします。
- ③ 体調ベストの状態でご参加下さい。
- ④ 万一、障害が発生した場合は、自身の保険で対応ください。 ご協力をお願いします。

3時間ラン練習会申込書

申込期限10月15日

参加者名	
住 所	
TEL	
緊急連絡先	TEL

申込先 谷川 m44@ceres.ocn.ne.jp まで送信下さい。