

FUN SPORTS

冬の公園で心身のバランスを整えよう
自然の中でエネルギーチャージ

ランニング教室 参加者募集中

初心者から記録を伸ばしたい方まで大歓迎。
筋トレや動きづくりを取り入れ、
楽しく身体を動かす教室です。

開催日	火曜日（12/9～2/17）
時間	10:00～11:30
場所	ミササガパーク（刈谷市）
料金	6,400円（税込）／全8回
持ち物	水分補給用のドリンク、タオル、 ヨガマット（お持ちの方はご持参ください）、 ランニングシューズ



講師 近藤 尚紀

- ・5000m 14分34秒
- ・10000m 30分36秒
- ・ハーフマラソン 1時間07分40秒
- ・フルマラソン 2時間43分28秒

初心者からレベルアップを目指す方まで、
丁寧にサポートします。

参加申し込み方法：QRコード（下記参照）からお申し込みください ※申込期間 8/4 正午～8/31



Mississauga Park

ミササガパーク

〒448-0816 刈谷市半城土西町2-4

TEL.0566-87-4586

<https://mississauga-park.com>

MISSISSAUGA FUN SPORTS

冬季クラス 教室スケジュール & お知らせ

12 / December

日 月 火 水 木 金 土

	1	2	3	4	5	6
7	8	9 ランニング	10	11	12	13
14	15	16 ランニング	17	18	19	20
21	22	23 ランニング	24	25	26	27
28	29	30	31			

1 / January

日 月 火 水 木 金 土

				1	2	3
4	5	6 ランニング	7	8	9	10
11	12	13 ランニング	14	15	16	17
18	19	20 ランニング	21	22	23	24
25	28	29	30	31		

2 / February

日 月 火 水 木 金 土

1	2	3	4	5	6	7
8	9	10 ランニング	11	12	13	14
15	16	17 ランニング	18	19	20	21
22	23	24	25	26	27	28

ランニング教室：10:00～11:30

先着20名

参加対象者

18歳以上の方が対象です。

持ち物

水分補給用のドリンク、タオル、
ヨガマット（全お持ちの方はご持参ください）、
ランニングシューズ（ランニング教室参加の方のみ）

全8回 **6,400** 円 税込

天候不良による中止・振替開催について

万が一、天候不良などで教室が中止となる場合、メールでの通知は行いません。

中止の場合は、同じ曜日の別日に振替開催を行います。

中止および振替日程は、ホームページとInstagramにてお知らせいたしますので、必ずご確認ください。

参加申し込み方法：QRコード（下記参照）からお申し込みください ※申込期間 8/4 正午～8/31



Mississauga Park

ミササガパーク

〒448-0816 刈谷市半城土西町2-4

TEL.0566-87-4586

<https://mississauga-park.com>