

何から始めれば  
いいのかわからない ...

走り出す  
キッカケがほしい！

女性  
限定

# 超初心者ランニングセミナー

全5回

・ 開催日 ・

11月12日(日) 11月18日(土) 11月25日(土)  
12月3日(日) 12月9日(土) AM10:00~AM12:00

・ 開催場所 ・

福島トヨタクラウンアリーナ / NCV ふくしまアリーナ /  
誠電社 WINDY スタジアム (福島市信夫ヶ丘競技場) / あぶくま川サイクリングロード 他

・ 対象 ・

女性で15歳以上のランニング超初心者(中学生を除く)

・ 参加費 ・

3,000円(全5回) ※参加記念品や協賛品のプレゼント!

先着  
30名

\ Scan! /

・ 申込方法 ・

令和5年10月20日(金) ~ 令和5年11月5日(日)  
(公財)福島市スポーツ振興公社ホームページからお申し込みください。  
※電話でのお申し込みはございません。

主催:(公財)福島市スポーツ振興公社 共催:ふくしまシティハーフマラソン実行委員会

