

# 2020サマーランニングのお誘い

金沢中央走ろう会代表 野村泰裕

例年、奥卯辰山健民公園で行っていたサマーランニングですが、熊出没のため、健民公園は8時開園です。そこで、今年は卯辰山運動場で行います。

夏休みの早朝、山のきれいな空気の中でウォーキング&ランニング。  
体の芯から心地よい汗を流しましょう。

主 催 金沢中央走ろう会  
共 催 石川県走ろう会連絡協議会

期 日 2020年  
8月2日(日), 9日(日), 16日(日), 23日(日), 30日(日)の5日間 (雨天中止)

場 所 卯辰山運動場(駐車場・トイレあり)相撲場の近く

時 刻 午前6時集合, 午前7時40分頃解散の予定

内 容 走力に応じて初心者・中級者・上級者などのグループに分かれて指導します。

指導者 金沢中央走ろう会トレーナー

申込み ハガキまたはe-mailに下記事項を記載し、下記金沢中央走ろう会事務局へ  
申し込んでください。

- ①氏名      ②生年月日      ③〒・住所      ④電話番号  
⑤希望クラス(初心者, 中級, 上級)      当日申込も可。

その他 ・参加費は不要です。また, 1回だけの参加でもかまいません。  
・ランニングしやすい服装とシューズでご参加ください。  
飲み物は必ず持参してください。

## 金沢中央走ろう会事務局

〒920-0647 金沢市北寺町二67 岩室伸一

電話&Fax 076-238-0647

e-mail nqh21493@nifty.com