

### ビギナー・マラソン教室のご案内

愛媛大学総合型地域スポーツクラブでは、下記のとおり、ビギナー・マラソン教室を開催します。マラソンに初めて挑戦してみたい方や定期的にランニングを行ってみたい方など、ニコニコランニングに取り組んでみませんか。愛媛マラソンを目標に、単にランニングするだけでなく、リレーマラソン大会や合宿練習会なども予定しています。同僚やご友人などお誘い合わせの上、ご参加いただきますようスタッフ一同心よりお待ちしております。

### 記

#### ○目的

マラソンの初心者から初級者を対象に、マラソン完走を目標に、定期的な練習会の開催、マラソン攻略法など、感動のゴールをサポートします。

教室のモットー！ 「マラソンに挑戦！ みんなで愛ゴール！！」

「え」がおでいつも！ …… ランニングの楽しさ再発見

「ひ」ろげようともだち！ …… 一人じゃないから頑張れる

「め」ごせ自己目標！ …… 自己目標にむかって挑戦だ

○ 対象者：主にマラソン初心者・初級者（年齢、性別を問いません。経験者も大丈夫です）

○ 定員：30名

○ 開催期間（予定）：

2018年度 5月26日、6月9日、7月21日、9月1、16、17日、10月13日、11月3、24日、  
12月8、22日、1月19日、2月2、10日

注）9月16、17日は合宿練習会を予定

○時間：土曜日 14：00～16：00（季節によって変更します）

○会場：愛媛大学山越グラウンドほか

○参加費：4,000円

別途、愛媛大学総合型地域スポーツクラブ年会費1,000円が必要です。なお、愛媛大学の教職員と  
そのご家族の方は、年会費が免除されます。なお、会費納入後に「スポーツ安全保険」に申込みます。

#### ○申込方法

参加希望の方は、メールにて下記の問い合わせ先までお申し出ください。参加費については、練習会の際に集金させていただきます。第1回目に説明会を行います。説明会に参加できない場合はその旨ご連絡ください。

第1回説明会・練習会は、5月26日（土）愛媛大学山越グラウンドです。

○ 指導スタッフ：日野克博、上田敏子（愛媛大学教育学部）

教育学部保健体育専攻学生

○ 問い合わせ先：日野研究室 Tel&Fax：089-927-9475 e-mail：[hino.katsuhiko.mc@ehime-u.ac.jp](mailto:hino.katsuhiko.mc@ehime-u.ac.jp)

\*不明な点がありましたら、気軽にお問い合わせ下さい。よろしくお願ひ致します。