

超初心者向け！
走り始めるあなたのための



ジョギング教室

ランニングフォーム、準備運動、簡単な筋トレ、ストレッチなど、初歩的なことから丁寧にお伝えします。運動の秋に、みんなで一緒に身体を動かしましょう！

10/3 ± 10 ± 24 ± 31 ± 500 円

参加料(4回分)

※保険料含む
※参加賞あり

※初回集金

□全4回 □午前9時～11時

□会場：深谷市仙元山公園 野球場（第1～3回）、陸上競技場（第4回）

□雨天中止 ※雨天中止による返金はいませんので、予めご了承ください。



※対象者

高校生以上の市内在住在勤在学者
※高校生は保護者の承諾が必要です

※定員 40人

※講師

深谷市陸上競技協会
深谷仙元山ランニングクラブ

※申し込み期間

令和8年9月1日(火)～28日(月)

※申し込み方法

右記QRコードから電子申請
または下記問い合わせ先へ
電話



申請フォームへ

※その他

- ・雨天判断を各回前日午後3時頃までに行い、市ホームページでお知らせします。
- ・飲み物、タオル、運動できる服装でお越しください。
- ・ためるんピック登録事業です。

〈問い合わせ先〉

深谷市教育委員会教育部 生涯学習スポーツ振興課生涯スポーツ係
電話：048-572-9581（平日午前9時～午後5時）



市ホームページへ

