

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

「運動を始めたい！」「健康のために走る習慣をつけたい！」等と考えているかたを対象として、ジョギングに関する基礎を習得するための教室を開催します！

10/11・18・11/1・8 参加料(4回分) 500 円

※保険料含む ※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

※雨天時は藤沢公民館体育室(10/11, 18)、豊里公民館体育室(11/1, 8)



☆対象者・定員

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

先着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

☆教室内容

姿勢やランニングフォーム等、初歩的なことから丁寧に教えます。
超初心者のかた、大歓迎です◎

☆募集期間

令和7年9月1日(月)
～9月30日(火)

☆申し込み方法

右記QRコードから
電子申請 または
電話(048-572-9581)
にて申し込み



申請フォームへ

☆その他

- ・参加賞をご用意しております。
- ・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、室内履き(雨天時)、運動できる服装でお越しください。
- ・たのび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