

政令指定都市移行記念 第1回熊本城マラソン開催企画 「みんなで走ろう！ランニング教室」

回	開催日	時間	会場	定員	対象者	参加料	受付日	受付時間	受付場所	受付方法	教室テーマ		
1	2011 10月	16 日	9:30~11:30	アクアドーム	30名	18歳以上 (高校生不可)	500円	10月9日	日	正午	アクアドーム	電話のみ(先着)	10月のテーマ 「フォームを チェックしましょう！」
2		22 土	9:30~11:30	アクアドーム	30名	18歳以上 (高校生不可)	500円	10月15日	土	正午	アクアドーム	窓口・電話(先着)	
3		23 日	9:30~11:30	アクアドーム	30名	18歳以上 (高校生不可)	500円	10月16日	日	正午	アクアドーム	窓口・電話(先着)	
4		29 土	9:30~11:30	アクアドーム	30名	18歳以上 (高校生不可)	500円	10月22日	土	正午	アクアドーム	窓口・電話(先着)	
5		30 日	9:30~11:30	アクアドーム	30名	18歳以上 (高校生不可)	500円	10月23日	日	正午	アクアドーム	窓口・電話(先着)	
6	11月	12 土	9:30~11:30	アクアドーム	30名	18歳以上 (高校生不可)	500円	11月5日	土	正午	アクアドーム	窓口・電話(先着)	11月のテーマ 「走力をアップしましょう！」
7		13 日	9:30~11:30	アクアドーム	30名	18歳以上 (高校生不可)	500円	11月6日	日	正午	アクアドーム	窓口・電話(先着)	
8		19 土	9:30~11:30	アクアドーム	30名	18歳以上 (高校生不可)	500円	11月12日	土	正午	アクアドーム	窓口・電話(先着)	
9		20 日	9:30~11:30	アクアドーム	30名	18歳以上 (高校生不可)	500円	11月13日	日	正午	アクアドーム	窓口・電話(先着)	
10	12月	3 土	9:30~11:30	アクアドーム	30名	18歳以上 (高校生不可)	500円	11月26日	土	正午	アクアドーム	窓口・電話(先着)	12月のテーマ 「長い距離に 挑戦しましょう！」
11		4 日	9:30~11:30	アクアドーム	30名	18歳以上 (高校生不可)	500円	11月27日	日	正午	アクアドーム	窓口・電話(先着)	
12		10 土	9:30~11:30	アクアドーム	30名	18歳以上 (高校生不可)	500円	12月3日	土	正午	アクアドーム	窓口・電話(先着)	
13		24 土	9:30~11:30	アクアドーム	30名	18歳以上 (高校生不可)	500円	12月17日	土	正午	アクアドーム	窓口・電話(先着)	
14		25 日	9:30~11:30	アクアドーム	30名	18歳以上 (高校生不可)	500円	12月18日	日	正午	アクアドーム	窓口・電話(先着)	
15	2012 1月	7 土	9:30~11:30	アクアドーム	30名	18歳以上 (高校生不可)	500円	12月24日	土	正午	アクアドーム	窓口・電話(先着)	1月のテーマ 「マラソンペースの感覚を 身に付けましょう！」
16		8 日	9:30~11:30	アクアドーム	30名	18歳以上 (高校生不可)	500円	12月25日	日	正午	アクアドーム	窓口・電話(先着)	
17		14 土	9:30~11:30	水前寺競技場	30名	18歳以上 (高校生不可)	500円	1月7日	土	正午	アクアドーム	窓口・電話(先着)	
18		15 日	9:30~11:30	水前寺競技場	30名	18歳以上 (高校生不可)	500円	1月8日	日	正午	アクアドーム	窓口・電話(先着)	
19		21 土	9:30~11:30	水前寺競技場	30名	18歳以上 (高校生不可)	500円	1月14日	土	正午	アクアドーム	窓口・電話(先着)	
20		22 日	9:30~11:30	水前寺競技場	30名	18歳以上 (高校生不可)	500円	1月15日	日	正午	アクアドーム	窓口・電話(先着)	
21		28 土	9:30~11:30	アクアドーム	30名	18歳以上 (高校生不可)	500円	1月21日	土	正午	アクアドーム	窓口・電話(先着)	
22		29 日	9:30~11:30	アクアドーム	30名	18歳以上 (高校生不可)	500円	1月22日	日	正午	アクアドーム	窓口・電話(先着)	
23	2月	4 土	9:30~11:30	アクアドーム	30名	18歳以上 (高校生不可)	500円	1月28日	土	正午	アクアドーム	窓口・電話(先着)	2月のテーマ 「本番に向けて コンディショニングを 調整しましょう！」
24		5 日	9:30~11:30	アクアドーム	30名	18歳以上 (高校生不可)	500円	1月29日	日	正午	アクアドーム	窓口・電話(先着)	
25		11 土	9:30~11:30	アクアドーム	30名	18歳以上 (高校生不可)	500円	2月4日	土	正午	アクアドーム	窓口・電話(先着)	
26		12 日	9:30~11:30	アクアドーム	30名	18歳以上 (高校生不可)	500円	2月5日	日	正午	アクアドーム	窓口・電話(先着)	
		19 日	熊本城マラソン開催日										

各会場・受付電話(アクアドームのみ)

※1)アクアドームくまもと(熊本市総合屋内プール) 熊本市荒尾2丁目1-1 TEL096-358-2711 Fax096-358-7764

※2)水前寺競技場 熊本市水前寺5丁目23-3 TEL096-381-9323 Fax096-381-5434