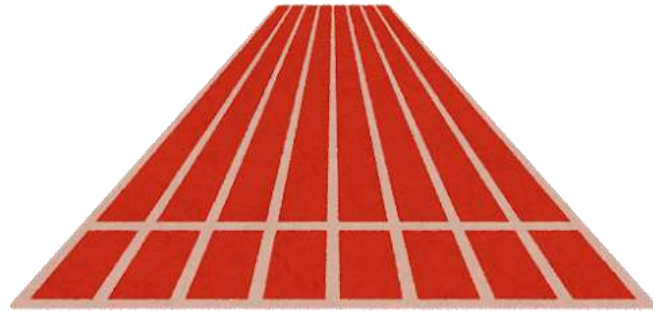


長谷川昌弘先生陸上講習会のご案内



当日参加 OK です

日時 2025 年 7 月 19 日(土) 13:00~16:30

場所 ニンジニアスタジアム雨天練習場

対象 マスターズ競技者向け(中高齢者向け)

内容 13:00~14:00 身体のバランスを整えるトレーニング

14:00~16:30 走りの練習(スタート練習も含む)

費用 3,000 円

マスターズ競技者向けではありますが、マスターズ以外の方・親子での参加も構いません。

参加希望者は理事長の尾上までご連絡ください。

連絡先 TEL:090-4972-5254

e-mail: taiyaaao@gmail.com

愛媛マスターズ陸上競技連盟