

長谷川昌弘先生陸上講習会のご案内



日時 2026 年 2 月 23 日(月・祝) 9:00～16:00(予定)

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 主に体の使い方を中心に走り方について

費用 3,000 円～5,000 円の予定

参加希望者は以下の内容を記載して理事長の尾上までご連絡ください。

- ・氏名
- ・年齢クラス(例:M50)
- ・専門種目
- ・受講時間(例、1日、午前のみ、午後のみ)

連絡先 e-mail: taiayao@gmail.com

愛媛マスターズ陸上競技連盟