

2023 ランニングフォーム改善練習会 実施要綱

ランニング大会のシーズンも終わりを迎えています。このシーズン、ご自身の記録はどうでしたか？満足の結果が出せた選手、ケガに泣かされた選手、たくさんの思いがあるかと思います。

来シーズンに備え、効率のよいランニングフォーム、身体の使い方を勉強し、今後も走力を高めていくため、ランニングフォーム改善練習会を企画しました。

更なる記録アップ、怪我のないフォームを目指しましょう。

開催日 2023年5月20日（土） 9時から10時30分

開催地 滋賀県近江八幡市竹町1178 近江八幡市立健康ふれあい公園

主催 近江八幡市トライアスロン協会

共催 アシックス・ビバ・ナショナルメンテナンス共同体

協力 (一社) 滋賀県トライアスロン協会

参加費 1,000円

対象者 中学生以上の方

定員 15名程度

締切 5月18日（木）

講師 高本 義国(たかもと よしくに)

アシックス所属

トライアスロン世界選手権3回出場

マラソンベストタイム 2時間33分

申し込み先 <https://forms.gle/f2WwvC6xSg5NTga47>



持ち物 ランニングのできる格好、水分、メモ帳等

注意事項 大会会場や周辺での、次の事は禁止されています。選手、関係者を含め、退去を求めます。また、関係機関への報告をいたします。指示等に伴う弁済等はありません。申し込み前にご確認ください。

- (1) 企業、個人を問わず、営利を伴う又は目的とした行為。
- (2) 反社会的団体及びそれらに関連する物、人、行為。社会通念、道徳に反する行為。
- (3) 中学生のご参加は保護者、引率者等のどちらかの同伴をお願いします。保護者が来場できない場合、引率者を通して、緊急連絡先への電話連絡が必

ず取れる対応をお願いします。

- (4) 新型コロナウイルス COVID-19 の感染状況や蔓延防止を考慮して、練習会前より、選手は、感染しない、感染させない行動を厳守してください。感染防止の行動については、日本スポーツ協会の感染拡大予防ガイドラインをご参照ください。

<https://www.japan-sports.or.jp/about/tabid1278.html>

問合先 近江八幡市トライアスロン協会 滋賀県近江八幡市玉木町二丁目 3

担当：小野 so232738@yahoo.co.jp 090-2111-7547