

# 第10回神宮外苑24時間チャレンジ

併催 神宮外苑ウルトラマラソン

## サブイベント

# ウォーキングから学ぶ効率的なランニング教室

## WALK to RUN Seminar

### 2015

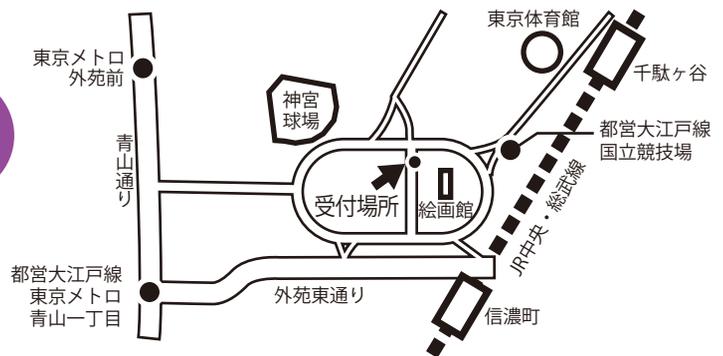
### in 神宮外苑

美しく効率の良いランニングフォームはウォーキングから。  
元世界陸上日本代表選手が、歩きからつながるランニングを提案します。  
日常の「歩き」から見直し、自分にあったランニングフォームを身につけましょう。

# 12 / 19 土

## 14:00~15:30

※受付：13:30~



### 講師 / 吉澤永一

EIICHI YOSHIKAWA



明治大学体育会競走部コーチ  
パリ世界陸上 20 km競歩日本代表  
アジア選手権 20 km競歩金メダル  
W杯競歩 20 km競歩日本代表  
関東インカレ 10000m 競歩 3連覇  
日本インカレ 10000m 競歩 2連覇など

#### 自己ベスト

10000m競歩	39分57秒
20km競歩	1時間21分27秒
50km競歩	3時間51分27秒

### ■受講料 1,200円

■申込み スポーツエイド・ジャパン公式サイト (<http://sportsaid-japan.org/>)「エントリー」からの申込み、または下段受講申込書に必要事項を記入のうえ、事務局まで郵送、またはFAX(049-298-7788)にてご送付ください。受講料は郵便局に常置してある郵便振替用紙(払込取扱票)にて下記口座宛にご送金ください。

■郵便局の払込取扱票による郵便振替 口座記号番号 00100-3-666815 加入者名 スポーツエイド・ジャパン

■銀行等、他の金融機関からの振込み ゆうちょ銀行〇一九(ゼロイチキュー)店 当座0666815 加入者名 スポーツエイド・ジャパン  
※〇一九(ゼロイチキュー)店は支店名一覧の「サ行・セ」のなかにあります。

■問合せ先 スポーツエイド・ジャパン事務局 〒350-0455 埼玉県入間郡毛呂山町阿諏訪1221

TEL : 049-294-5603、080-5085-5603 FAX:049-298-7788 E-mail : info@sportsaid-japan.org

第10回神宮外苑24時間チャレンジ サブイベント

## 「ウォーキングから学ぶ効率的なランニング教室2015」受講申込書

フリガナ 氏名 \_\_\_\_\_ 男 \_\_\_\_\_ 女 \_\_\_\_\_ 生年月日 \_\_\_\_\_ 年 \_\_\_\_\_ 月 \_\_\_\_\_ 日 \_\_\_\_\_ 歳

住所 〒 \_\_\_\_\_

本人連絡先 \_\_\_\_\_

緊急時連絡先 \_\_\_\_\_

所属 \_\_\_\_\_