

# ランニングセミナーのご案内

♪ 初めての方もお気軽にご参加ください♪



**参加費無料**

**【日時】 8月18日(日)**

**【時間】 8:30~10:00**

**【場所】 西公園パークセンター前  
(山形市門伝)**

**【担当】 トップロードトレーナー**



これからマラソンにチャレンジしたいとお考えの方！  
マラソン大会に出てみようか、とお考えの方！  
ご自身のペースに合わせて練習を行いますので、ご安心ください。  
初めての方も、マラソン歴が長い方も、皆さんで楽しく走りましょう！  
※小学生以下は保護者様同伴でのご参加となります。

