

～ランニング教室開催（ご案内）～

みんなの歩活
— minnade arukatsu —

開催日 2019年
4月20日（土）
10時～11時30分
雨天中止（前日17時判断）

無料です

「みんなで歩活2019春」タイアップ企画
季節もあたたかくなり、運動習慣化をはかる、きっかけに、
ランニングを始めよう！

※「みんなで歩活」は富士通グループ全社ウォーキングイベントです。
イベント期間：2019年5月21日～6月21日
エントリー期間：2019年4月10日～5月20日

■教室内容

- ・ランニングの基礎（ストレッチ、走り方）
- ・ランニングのタイム縮小
（初心者でも安心してご参加できます）



■講師

村上 康則（むらかみ やすのり）

中・長距離種目専門。
順天堂大学卒業、元富士通陸上競技部所属
1500m で、2005年、アジア選手権4位、**2009年、東アジア競技
大会金メダル**、2010年、日本選手権優勝等で活躍
日本歴代6位の記録を残した。
2006年、**箱根駅伝の順天堂大学往路優勝時の4区区間賞**

■対象者

富士通健保組合加入者 1世帯4名まで
（小4～大人の方）

■募集人数

35名（先着順）

■募集期間

2019年4月17日（水）17時まで

■会場

川崎市幸区古市場陸上競技場



お申し込み先
富士通健康保険組合 HPより

<https://kenpo.jp.fujitsu.com>

お問い合わせ先
富士通健康保険組合
イベント担当 内線：7129-5452

外線：044-738-3011

E-MAIL：kenpo-event@cs.jp.fujitsu.com