

New!!

自分のペースで30分間を走れることを目標としましょう!



はじめての ランニング教室



対象

- ・運動初心者の方
- ・ランニングをはじめたい方
- ・正月太りの解消をしたい方
- ・美しく痩せたい方

実施日

- ・2024年1月15日(月)10:00~11:30
- ・2024年2月19日(月)10:00~11:30

場所

MUFG PARK周辺・園内

定員

20名

参加費

990円

持ち物

- ・運動の出来る服装・お飲み物
- ・シューズ(ランニングシューズ推奨)
- ・手袋 ・タオル

「運動不足・体重増加で運動を始めたい」
 「ランニングに興味があるけど一人じゃ不安」
 「正しいフォームや知識を身に付けたい」などの
 ご要望にお応えします!ご自分のペースで
 ゆったりとランニングを始めませんか?
 しっかりとサポートさせていただきますので
 年齢を問わずご参加頂けます!

Instructor 山城智幸



運動は継続することがとても重要
 になっていくものです。また健康
 ということから考えても長期的に
 続けていただけるようにサポート
 させていただきます。

予約方法

WEBからお申し込みください。

- ①メンバー登録を行う。
※既に登録済みの方は②からお進みください。
- ②予約サイトより希望プログラムを
お選びいただき、ご予約ください。
- ③プログラム参加日当日、パークオフィス
にて参加費をお支払いください。

メンバー登録は
こちらから↓



予約サイトは
こちらから↓



お問い合わせ

042-452-3125

受付時間：9:00~17:00

MUFG PARK

東京都西東京市柳沢4-4-40

詳しくはこちら→ [MUFG PARK](#)

運営統括事業者：株式会社 石勝エクステリア
 スポーツプログラム運営事業者：東急スポーツシステム(株)



JR線 吉祥寺駅／三鷹駅／武蔵境駅より
 関東バス「武蔵野大学」下車すぐ
 西武新宿線 東伏見駅より
 はなバス「武蔵野大学」下車すぐ
 西武新宿線 西武柳沢駅より 徒歩約15分