

# 寝屋川ハーフマラソン2020

## 「坂」攻略 スペシャルクリニック開催！！

2/12(水)  
電話受付  
開始!!

2020年

2月22日(土) 14:00~

先着:50名

あなたは  
この坂に  
耐えら  
れるか...

「寝屋川ハーフマラソンコース」  
「坂」攻略に向けたアドバイスから、  
初ハーフデビューの参加者へのアドバイスまで！

初心者も  
大歓迎！！

ランニングクラブ RUN CONNECTION

岡村輝将 (Runconnectionヘッドコーチ

寝屋川市在住 元世界ハーフ日本代表)が完全伝授！

クリニックの流れ

- 13:30 受付開始
- 14:00 クリニック【講義と実践】  
(実践はストレッチとランニング)
- 16:30頃 終了予定



マラソン大会に向けたランニングクリニック等を各地で開催、大阪城公園を起点に中高生、一般ランナー向けの定期レッスンや委託レッスンなど幅広く活動中！  
ランニングのお悩みを解決、サポート行うランニングクラブです！

参加費 無料(但し、寝屋川ハーフマラソン申込者のみ)

集合場所:寝屋川公園 陸上競技場前

持ち物:ランニングできるシューズ、服装 着替え タオル 飲み物

2月12日(水)午前10時より電話受付開始！

申込 寝屋川ハーフマラソン事務局 072-803-6143