

デポルターレ楓ランニングスクール

《初夏スペシャル》

『箱根駅伝5区を走ってみよう!』

お正月の風物詩「箱根駅伝」なかでも往路5区（山登り区間）は様々なドラマを私たちに見せてくれます。ゴールデンウィークに5区山登りに挑戦してみませんか？前日に「坂道練習」、翌日には「ストレッチ」。当日はゴールの芦ノ湖で食事・温泉。今年のゴールデンウィークは少しハードに、しっかり楽しみましょう。

5月3日（火・祝） 13時半～ 「坂道の上り方／下り方」（1時間半）

5月4日（水・祝） 9時～ 「小田原（風祭）～芦ノ湖」

5月5日（木・祝） 10時半～ 「ストレッチ／ダウン」（1時間半）

初夏スペシャルセット メンバー 8000円 ビジター 12000円（入会金込）

5/3 メンバー 2000円 ビジター 2500円

5/4 メンバー 6000円 ビジター 7000円

昼食・入浴代を含みます（予価）

5/5 メンバー 2000円 ビジター 2500円

参加申し込み・お問い合わせ

お名前・性別・年齢・連絡先を添えて、メール・電話・FAXのいずれかでお申し込み下さい。

E-mail mail@deportare-kaede.com **TEL(FAX)** **03-5844-6507**

デポルターレ楓 <http://deportare-kaede.com>

参加申込書

お名前 _____（男・女） 年齢 才

ご住所 _____

連絡先 _____ 参加希望日 （5/3・5/4・5/5）