

スロージョギングがわかる！

ベーシック資格 認定講習会

スロージョギングとは・・・

おしゃべりできる程度の自分にあつた速さ
(ニコニコペース)で行うジョギング法です。

カロリー消費量はウォーキングの約2倍！

講師

(一社)日本スロージョギング協会理事

水原博而 佐藤紀子

- ・スロージョギングの理論や5つの効果が学べます
- ・実技指導を通して、正しい走り方を身につけます

※ベーシック資格者は、スロージョギング大会や教室のサポートスタッフとして活躍できます。

2021
4.24[土]

時間

AM10時～PM4時

会場

クローバープラザ

春日市原町3-1-7

西鉄春日原駅徒歩10分

JR 春日駅徒歩1分

主催

一般社団法人

日本スロージョギング協会

ご不明な点は日本スロージョギング協会までお問合せ下さい

TEL: 092-711-7778

(平日9:00～17:00)

Mail: event@slowjogging.org

参加対象▼

どなたでも受講できます

スロージョギングについて正しく学びたい方、
健康づくりに関心のある方、ぜひご参加ください

申込方法▼

日本スロージョギング協会HP上の講習会申込
フォームにてお申込みください。

受講料▼

13,000円(申込と同時に、郵便振替にてご送金ください)

口座記名番号: 01730-3-164136

口座名称: シヤ)ニホンスロージョギングキョウカイ

(漢字): 一般社団法人 日本スロージョギング協会