



ランニングクラブ

みんなと気軽にランニングを楽しむ、走る喜びを作る作り、心と体を鍛えます!



今年は、ThankRCというチーム名で第36回千歳JAL国際マラソンのフルマラソンにチャレンジします! ※自由参加

毎週月曜日、夜7時からランニングをしています! 栗山町スポーツセンター駐車場出入り口前に集合し、町内を走ります。運動は継続することが大事で、1人よりもみんなと一緒に走るとモチベーションアップにも繋がります。週の始まりに、みなさんで気持ち良い汗を流しましょう! 是非、お待ちしております!

- 対象者 18歳以上(20歳未満は親の同意が必要です。)
- 曜日 毎週月曜日
- 時間 19:00分集合、19:10スタート(約60分間※ストレッチを含む)
- 参加費 1回500円(サンクススポーツクラブ会員、及び会員のご家族は無料です。大会参加費は別途徴収致します。)
- 集合場所 栗山町スポーツセンター駐車場出入り口前(栗山町中央3丁目310)
- 持ち物 運動できる服装、着替え、水
- 申込方法 申込み書に記載の上、郵送(〒069-1511 栗山町中央2丁目91-1)もしくはFAX(0123-72-6655)にて送信ください。
- その他 ・事故、ケガなどは、自己責任にてご参加ください。
事前にスポーツ安全保険に加入をお勧めします。

担当 鈴木 貴浩



1973年、室蘭市出身。大分トリニティチャイルド&ジュニア、アンフィニ札幌、札幌サンクFCのサッカー指導を経て、NPO法人サンクススポーツクラブの代表を務める。現在、サンクFCくりやまのU-15、U-18の監督を担当する。JFA公認47FAチーフインストラクター、JFA公認キッズインストラクター、2015年にはJFA公認S級コーチを取得した。「想像よりも楽で清々しい時間です!健康増進間違いなし。これぞ、生涯スポーツです!」

ランニングクラブ 申込み用紙

随時受付いたします!

広報紙およびホームページ等への集合・風景写真等の掲載の承諾と、事故・ケガなどは、自己責任にてご参加ください。事前にスポーツ安全保険に加入をお勧めします。

参加者氏名:	(フリガナ:)		
生年月日:	年 月 日	生まれ	才 <input type="checkbox"/> 私はサンクススポーツクラブの会員、及び会員のご家族です
ご住所:	ご自宅電話番号:		
携帯番号:	緊急連絡先電話番号:		
メールアドレス:	保護者氏名(20歳未満の場合記入):		印



新入団小学生大募集!

[小学1~6年生]

クラブ創立17年。人間形成を本気で取り組みます!

サンク専用実内人工芝完備!

無料送迎バスあり

キッズから社会人まで一貫指導体制

「サンクFCくりやまってどんなチームなの?」「自分に出来るか不安」「練習の雰囲気に触れてみたい」という方のために、
随時、体験練習を実施しております!ご入会やサッカーに関する疑問を丁寧にお答えいたします。
お気軽に参加ください! ※体験練習での怪我及び事故については、自己責任にてご参加ください。

■ 場所: サンク室内練習場(人工芝)・栗山町内施設または近郊施設
日時: 水・金 17:15~19:00
※シーズンにより変更があります
土・日は練習試合や大会などに参加

