



# ファミリーラン

親子、家族で楽しくランニング！

ランニングの専門講師による  
コーチングも受けられます！

## 家族でイベントに参加してランニングする きっかけを作いませんか？

- 開催場所：瑞穂公園
- 場所：パロマ瑞穂アリーナ
- 日時：5/5(月祝) 9:30～11:00  
※受付開始 9:00～
- 対象：親子、ご家族  
※お子様の年齢は小学1年生以上
- 定員：15組
- 参加費：2,500円  
※施設利用料込み(ロッカー・シャワー)
- 申込期間：～5/4(日)  
※期間内に入金ください。  
※期間内に入金が難しい場合はご相談ください。  
※現金のみとなります
- 申込方法：アリーナ(052-836-8228)  
までお電話ください。  
※先着順

### <内容>

走りについての座学、走り方、筋トレ、  
ストレッチ、ランニングのペース配分練習

### <当日の持ち物>

シューズ、動きやすい服装、小銭、ドリンク  
ポトルポーチ、レインコート(雨天時)など。

### <注意事項>

- ・貴重品は自己管理でお願いいたします。  
荷物の紛失、破損は責任を負いかねます。  
予めご了承ください。
- ・給水、給食は各自でご準備ください。
- ・小雨決行。実施困難の場合は開始1時間  
前までに随時ご連絡いたします。

お問い合わせ／アリーナ 営業時間9:00～20:00

〒467-0027 名古屋市瑞穂区田辺通3-4

TEL: 052-836-8228 FAX: 052-836-8227

休館日 月曜日 ※祝休日の場合は開場 及び年末年始(12/29～1/3)

パロマ瑞穂スポーツパーク

Paloma Mizuho Sports Park

<https://mizuho-loop.jp>