

—奈良マラソンコース試走会—

平成 27 年 10 月 3 日（土） 10 時～14 時

集合・解散・奈良市鴻ノ池陸上競技場（雨天決行）



趣旨

第 6 回を迎える奈良マラソンは全国でも、屈指の人気大会として高い評価を受けている。大会が更に充実発展させるには、出場者のマナーが問われる。競技力とともにランナーのレースマナーが、大会の評価につながり長期開催への礎となる。私たち市民スポーツ愛好者はこの大会が地域に根付き、地域の発展に期待を寄せるもので、6 回目を開催するにあたって、出場者のみならずマラソン愛好者にランニングの技術と併せて、マナーの向上を学ぶ試走会を実施する。

主催 特定非営利活動法人 ならスポーツクラブ

後援 奈良マラソン実行委員会

協力 TEAM 奈良・奈良市民走ろう会、長谷川体育施設・キタイ設計グループ、奈良学園大学陸上競技部・

開催日 平成 27 年 10 月 3 日（土）10 時 **集合** 奈良市鴻ノ池陸上競技場会議室

指導内容 マラソンの出場経験未熟な人が自信をもってコースに挑戦できる「奈良マラソン攻略五つの課題」を実践を通して学ぶ。（マラソン経験の有無は問わない）

- 1、奈良マラソンコースを鴻ノ池陸上競技場からスタートし、天理街道渚の庄南交差点～天理市白川中央通路北門付近を折り返す。奈良マラソンコースを中心にした約 22 キロメートル
- 2、ペースをフルマラソン①4 時間・②4,5 時間・③5 時間で完走できる能力別のグループ（最大 10 人）を編成し、グループで行動する。

指 導 伊藤宇三美氏（奈良学園大学陸上競技部監督）と過去の奈良マラソン優勝者 松本信行氏（初代優勝）、平田 治氏（2 回、3 回、4 回大会優勝）、吉住友里氏（4 回大会優勝）が自らの体験をコーチする。

募集人数 50 人（催行人数 20 人）

参加料 1,500 円（参加賞、傷害保険料を含む）

申し込み 9 月 15 日（火）までに、氏名、性、年齢、住所、メールアドレス、電話番号、及び希望する上記ペースグループ番号を記入し、下記の方法により申し込む（定員となった時点で終了する）

- 1、郵便局備え付けの「払込取扱票」を使用する場合

口座記号・番号 00990-2-91172

加入者名 特定非営利活動法人 ならスポーツクラブ

- 2、メールの場合

<http://www.nara-sc.jp/contents/contact>（参加料は上記の方法による）



その他 会終了後、希望者による参加者交流会を実施する（詳細は申し込み者に後日通知する）

お問い合わせ ならスポーツクラブ（担当・北 0742-22-3422 携帯 090-1026-7879）