

小金井公園走友会新会員募集

本会は小金井公園を基点とし、各自の走力・体力に合わせて公園内や近隣の玉川上水遊歩道、多摩湖自転車道路などを走り（ウォーキングもあり）、健康増進とお互いの親睦を深めています。あなたも一緒に走ってみませんか。

1.通常練習

土・日、祝日は有志による走力向上練習、長距離走、ジョグ等会員の目的に合った練習をしています。平日の公園内走、早朝ウォーキング・ラジオ体操参加等の活動もあります。また、誘い合ってマラソン大会などにも参加しています。

2.合同練習

月当番が月 1 回程度（主に日曜日）練習会を企画。走力により 20k、10k、ウォーキングコースなどを設定し、みんなで練習をします。毎月 40～50 名の参加があります。その後栄養補給としての親睦会を開いています。

・集合時間：春夏秋季 午前 6 時 30 分頃 冬季 午前 7 時頃

・集合場所：公園内サイクリングセンター掲示板前

*これら練習活動等における会員の写真等を広報としてホームページに掲載することがあります。

3.年間行事

・1月 大国魂神社参拝ラン・新年会 ・3月 お花見、駅伝参加

・5月 ゴールデンウィーク走り込み ・8月 総会

・9月 公園内 30km 走、BBQ ・12月 忘年会 など

4.年会費

3,000.円

5.申し込み・問い合わせ先

小金井公園走友会ホームページ <https://koganeipark-rc.net/>

入 会 申 込 書

年 月 日

私は、年会費 3,000 円を添えて、小金井公園走友会に入会を申し込みます。

(フリガナ)

氏名：_____

生年月日： 年 月 日生

〒 _____

住所：_____

電話：_____

メールアドレス：_____