

# アイコーサービス「ランニング講座」受講者募集！！

～より健康で快適なランニングをサポートいたします～

ランニングは、いつでも身近な場所で簡単に始められるたいへんシンプルなスポーツです。しかし、そんなランニングも実際には健康で快適なランニングの継続はたやすくはないものです。

より有意義なランニングのためのサポートをねらいとし、より有意義なランニング生活のための「ランニング講座」を開設いたしました。

講師は、元愛知製鋼陸上競技部所属で当社社員が務めます。

「もっと速く、うまく走りたい」というランニング経験のある方から、ランニングに興味をお持ちの初心者の方まで、目的や目標に合わせたランニングのサポートをいたします。

講座概要は、以下のとおりです。

## ◆『ランニング講座』概要

### 1. 基本プログラム（座学、80分）

- ① ランニング技術について
- ② 技術の習得について
- ③ ランニングQ&A

### 2. 開催日時： 応相談

### 3. 場 所： 愛知製鋼企業年金基金体育館内会議室

### 4. 対 象： 中学生以上（中学生は保護者同伴のうえご参加ください）

### 5. 受講方法： 予約制

### 6. 申込先・方法：

#### 1)お申込(問合せ)先

愛知製鋼企業年金基金体育館(アスカム)受付係  
Tel.052-601-7211、Fax.052-601-6619

#### 2)方 法

##### ①Eメールでのお申込み

添付の「受講申込書」に記載の注意事項を確認いただき、Eメールに以下の項目を明記のうえ、メールアドレス [nishioka@he.aichi-steel.co.jp](mailto:nishioka@he.aichi-steel.co.jp) へ送信

(記入項目)

氏名、年齢、保護者名(中学生の方のみ)、電話連絡先、ランニング歴、  
ご要望事項(質問、聞いてみたい内容など)

##### ②FAXでのお申込み

添付の「受講申込書」に必要事項を記入のうえ FAX(052-601-6619)にて送信

### 7. 受講料： 2,000円/人（消費税含む、保護者不要）

以 上

送付先：アスカム受付宛

F A X： 0 5 2 - 6 0 1 - 3 1 5 7

Email： [nishioka@he.aichi-steel.co.jp](mailto:nishioka@he.aichi-steel.co.jp)

アイコーサービス「ランニング講座」受講申込書

※は必須旧項目

申込日 ※	年 月 日
受講希望者 氏 名 ※	
年 齢 ※	歳
保護者氏名	※(受講希望者が中学生の方)
住 所	〒
連絡先(TEL) ※	
ランニング歴	
要 望	(事前に質問・確認したい点がある方はご記入ください)

《受講時の注意事項》

- ・受講日時は、調整のうえ決定いたします
- ・必ず筆記用具をご持参ください（資料配付ありません）
- ・マスク着用をお願いいたします
- ・録画・録音は禁止いたします
- ・中学生は、保護者同伴（利用料不要）で受講をお願いします
- ・受講当日、券売機にてチケットの購入をお願いします