

ジェクサーのアウトドアプログラム

走ろう会
THE RUNNING CIRCLE

ジェクサー・
フィットネスクラブ
戸田公園

JEXER
FITNESS CLUB

詳細情報

担当： 藤田／平川／市川

1 曜日・時間・頻度

Day, time, frequency

曜日

毎週 日曜日

時間

9:45～10:45

2 開催概要

Place, distance

○コース

ボートコース1周約5キロ
(ショートカットコース有り)

○集合場所

9:45に
ジェクサー戸田公園
1階ラウンジ

○解散場所

ゴールはボートコースとなり、
そこから歩いてみんなで帰ります！
2周する方は、現地解散

距離

約5 km

12月の日程

日曜日9:45～

12月 7日

12月14日

12月21日

12月28日

※その他・注意事項

Other Notes

- ・チェックインは9:30～となります。ロッカーを使用の際は、9:30～からお願い致します。
- ・自分のペースで大丈夫です！(ショートカットもございます。)
- ・初めての方大歓迎♪
- ・車や自転車にはお気をつけてください
- ・体調に異常を感じたら、速やかに、担当スタッフ、またはお近くの参加者にお伝えください。