

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： 平川真衣

## 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

## 3月の日程

日曜日9:45～

3月 1日

3月 8日

3月15日

3月22日

3月29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。