

いびがわマラソン情報!



金コーチはテレビ等の陸上競技解説者として活躍中♪

2009いびがわマラソン特別企画「金 哲彦コーチのハーフマラソン完走教室」が、7月26日(日)に開催されました。事前に申込みをされた100人近いランナーの皆さんが、いびがわマラソンを完走するためのトレーニング方法を学びました。教室は今回を含め計5回開催され、最終回は大会前日の11月7日(土)に金哲彦コーチをお迎えし開催します。参加された皆さんには、金コーチがいびがわマラソンのために書かれた「ハーフマラソン完走マニュアル」がプレゼントされました。

ひとり一人の目標に向かって、トレーニングに励み大会当日を迎えていただきたいと思います。

皆さん、完走めざして頑張りましょう!

いびがわマラソンのエントリーは?

いびがわマラソン公式ホームページ

<http://www.ibigawa-marathon.jp/>

先着10,000人で、締め切ります。

皆さん、地元で行われる東海地区最大の市民マラソンに、ぜひご参加ください。



前半は、マラソンの練習で大切なことを教えてもらう



後半は、3キロコースをレベル別にランニング

2009いびがわウォーキング

2009いびがわマラソンの中で、今年も「いびがわウォーキング」を行います。誰もが気軽に参加できる種目として人気のウォーキングも、今年で8回目を迎えました。

揖斐川の川の流れや紅葉した山々を眺めながら、全国から集まるいびがわファンのみなさんと一緒に、ウォーキングを楽しんでいただきたいと思います。

ゆったり歩いて、気持ちいい汗をかきましょう。

日にち◆11月8日(日)雨天決行

と き◆スタート/10時30分(ハーフ後方から)
揖斐川町中央公民館前

ゴール/11時25分までに、ゴールしよう
揖斐川町役場南側

参加資格◆3キロメートルを55分以内で歩ける方

参加費◆1,000円(保険および参加賞費用)
参加費は、申込み時にお支払い願います。
※小学生以上は、申込みが必要です。

参加賞◆ウォーキングオリジナルTシャツ

サイズは、子ども用(130cm)・S・M・L・LL

(サイズごとに数の限りがありますので、お早めに)

お楽しみ◆ゴールすると、北海道芽室町のじゃがいもをプレゼント!(エントリー者のみ)

また、あったかいけんちん汁もあります。

※参加される方は、参加の申込みをしてゼッケンをつけて、歩きましょう。

申込み◆申込み用紙に、必要事項を記入し、揖斐川健康広場、または、中央公民館へお申込みください。

受付◆9月1日(火)～

事前受付は、先着1,000人

申込用紙◆揖斐川健康広場、中央公民館、各振興事務所にあります。

お早めに～!



スペシャルゲストは
「高橋尚子さん」
世界のQちゃんの
笑顔に会えるよ!



今年のTシャツは、ポップで可愛いと大人気♪
昨年も、1500人を越える方から申込みがありましたのでお早めに!