

健康ランニングしよう!!

札幌まちなか

初心者  
大歓迎

# ウェルネスラン



2023年10月9日 月 8:30 START

ランニングとランチと温泉を健康的に楽しむイベントを開催します。健康をテーマに、楽しく走って、スパでゆっくり。ランニング初心者大歓迎!観光スポットも巡る、まちなかランを満喫しましょう!

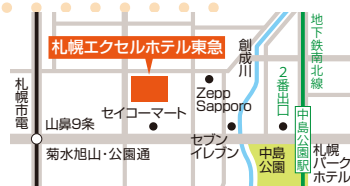
開催日時

2023年10月9日 月 8:30 受付開始

集合場所

ランニングステーション  
RUN NORTH SAPPORO  
エクセルホテル東急店

札幌市中央区南8条西5-420 札幌エクセルホテル東急1F  
※地下鉄中島公園駅から徒歩3分



出発前にはプロのランニングコーチによる  
ランクリニックを実施します!!

イベント内容

8:30~ 受付・ランクリニック

9:00~ RUN NORTH SAPPORO 出発  
中島公園から豊平川沿いなど  
景色や見どころを楽しみながら  
ランニングします(約10km)

10:45~ RUN NORTH SAPPORO 到着

11:00~ ジャスマックプラザホテル札幌にて  
リカバリー入浴(すすきの天然温泉湯香郷)

12:00~ リカバリーランチ(飲み物付)



ランニングスペシャルアドバイザー  
一般社団法人  
エクセルアスリートクラブ協会

石井 憲(Ken Ishii)  
JAAF公認陸上競技コーチ1



定員・参加費

定員(先着)20名 1名 8,000円(税込)

持ち物

【必ずご用意ください】●動きやすい服装とシューズ(※有料にてレンタルシューズもご用意ございます)

【参加費に含まれるもの】●ランクリニック費用 ●昼食(飲み物付) ●入泉料金

※入泉料にはタオル・バスタオル・浴衣各1枚が含まれます。

一般社団法人エクセルアスリートクラブ協会

RUN NORTH SAPPORO エクセル東急店 TEL.011-600-1870