

福岡市政担当記者各位

令和元年9月9日

福岡マラソン2019 「First Stepプロジェクト」 “大会50日前イベント”の参加者を募集します！

福岡市の主要施策「福岡100」の関連事業である「First Stepプロジェクト」では、産学官連携によりこれまで運動していなかった方を中心に日頃から体を動かしたり、健康について考える習慣や知識を身につけていただく取組みを進めています。

このプロジェクトの一環として、大会50日前イベントを開催いたします。

今回は、福岡大学病院、日本スロージョギング協会®、博多阪急楽歩堂、アイズトータルボディステーションと連携し、ケガを予防する正しい走り方や完走の秘訣などをレクチャーします。第2部では2チームに分かれ、走力に応じたトレーニングの実践を行います。初心者、経験者のどちらも楽しめるイベントになっております。

つきましては、一般参加者（先着50名）を募集いたしますので、広報及び当日の取材についてご協力をお願いいたします。

○イベント概要

◆日時：令和元年9月21日(土)10:00~12:30(受付開始：9:30~)※少雨決行

◆会場：福岡市総合体育館(東区香椎照葉6-1-1)(多目的室Aに集合)

<http://www.fukuoka-city-arena.jp/>

◆定員：120名(うち今回一般参加者50名を募集します)

※別途先行してファンラン完走を目指して取り組んでいるメンバー50名、

フルマラソン完走を目指して取り組んでいるメンバー20名が参加予定

※福岡マラソン出場者以外の方も参加可能です

◆参加料：無料

◆応募方法：福岡マラソン大会HPから申込書をダウンロード

<http://www.f-marathon.jp/news/view/97>

必要事項を記入の上、9月17日(火)までに下記にメールで申込み

(5名まで同時申込可)

【送付先アドレス】f-marathon@city.fukuoka.lg.jp

【第1部】10:00~11:00 「故障しない走り方」

・講師 松田 拓朗氏 《福岡大学病院 リハビリテーション部》

【第2部】11:00~12:10 ※第2部は走力に応じて2チームに分かれます

①「マラソン完走の秘訣」(中・上級者向け)

・講師 前田 誠氏 《博多阪急 楽歩堂》

②「スロージョギング実践編」(初心者向け)

・講師 村田 武臣氏 《(一社)日本スロージョギング協会®》

井上 美弥子氏 《(一社)日本スロージョギング協会®》

【第3部】12:10~12:25 「ミニ講座 本番に向けた体づくりについて」

・講師 福島 隆盛氏 《アイズトータルボディステーション》

福岡マラソン2019 オフィシャルランチーム effect runners メンバー

※スロージョギング®は(一社)スロージョギング協会の登録商標です

※荒天の場合、本イベントは中止となる可能性があります。

イベントの実施の有無については前日に公式HPにてお知らせいたします

※本件につきましては伊都国記者会へもお知らせしております

スロージョギング®とは

ニコニコペースで行うジョギングで運動効果が高く、メタボ対策、生活習慣病予防などにも効果的



松田 拓朗氏



前田 誠氏



村田 武臣氏



村上 美弥子氏



福島 隆盛氏

お問合せ

福岡マラソン実行委員会事務局

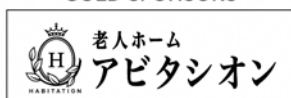
担当：的野・小野

・TEL 711-4676(内線 1843)

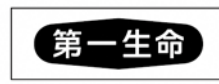
・FAX：733-5595

OFFICIAL SPONSORS

GOLD SPONSORS



SILVER SPONSORS



OFFICIAL WEAR PARTNER



OFFICIAL VOLUNTEER SPONSOR



OFFICIAL SOFT DRINK PARTNER



OFFICIAL FUN-RUN SPONSOR



大会50日前イベント参加申込書

◆日時

令和元年 9月 21日 (土) ※少雨決行
10:00~12:30 (受付: 9:30~)

◆集合場所

福岡市総合体育館 多目的室A (東区香椎照葉 6-1-1)
※駐車場 500台収容可能 (有料 100円/時間 最大 500円)

◆内容

- 【第1部】故障しない走り方
- 【第2部】①マラソン完走の秘訣
②スロージョギング実践編
※走力に応じて2コースに分かれますので
マラソン経験者の方は①、初心者の方は②と
希望コースの記載をお願いいたします。
- 【第3部】ミニ講座 本番に向けた体づくりについて

◆備考

体育館の更衣室は使用可能です。第2部以降は外での実施となりますので、内履き、外履き用の靴をご準備ください。



- 【申込み規約・注意事項】下記の規約に同意の上、申込みすること。
- ①主催者は、疾病や紛失、その他の事故に際し、応急処置を除いて一切の責任を負わない。
 - ②未成年者は、必ず保護者の同意を得て参加申込を行なうこと。
 - ③イベント当日は、高温になることが予想されるため、無理をせず、休憩時間に関わらず、各自水分補給及び休憩を取ること。
 - ④イベント時に撮影した映像・写真について、主催者は、ホームページ・SNS等での広報に使用することができるものとする。
 - ⑤貴重品については、各自で管理すること(コインロッカーは使用可能)

申込日 月 日

代表者	フリガナ		年齢		性別		
	氏名						
	電話番号						
	E-mail						
	希望コース	例: ①	ランニング歴				
代表者以外の参加者 (4人まで)			年齢		性別		希望コース
						ランニング歴	
			年齢		性別		希望コース
						ランニング歴	
			年齢		性別		希望コース
						ランニング歴	
			年齢		性別		希望コース
						ランニング歴	

★上記必要事項を記入の上、下記にメールでお申込みください。

【送付先アドレス】 f-marathon@city.fukuoka.lg.jp

【お問合せ先】 福岡マラソン実行委員会事務局 ・担当: 浦瀬・小野
TEL: 092-711-4676