

平成 30 年 8 月 10 日

大阪マラソン組織委員会事務局

“大阪マラソン初の女性向け練習会”

「大阪マラソン SEASON TRIAL 2018 Ready! Lady! RUN」

開催！参加者を 8 月 10 日（金）から募集開始

大阪マラソン組織委員会は、9 月 8 日（土）、10 月 27 日（土）に開催する「大阪マラソン SEASON TRIAL 2018 Ready! Lady! RUN」の参加者を 8 月 10 日（金）より募集開始します。

本イベントは、大阪マラソン完走や自己ベストを目指し、第 8 回大阪マラソンに出走する初心者女性ランナーを対象に、ミズノランニングステーションの女性コーチ陣が女性ならではの目線で、優しく丁寧に導く練習会イベントです。

練習会では、トレーニング方法や当日までの過ごし方をはじめ、レースウェアコーディネートなどの講義に加え、ペース別ランニングや、初心者のためのレベルアップインターバルなどの実技講座を実施します。

また当日は、ベストオブミス「ミス・ユニバースジャパン大阪ランニングチーム」の皆様がゲストとして参戦します。日々、美容や健康に高い意識をお持ちの彼女たちならではのアドバイスもお聞きいただけます。

さらに、この練習会は毎回軽食付きとなっており、練習の後は、参加者同志で、悩み事を共有したり、励まし合ったりしながら、交流を図っていただくことができます。大会当日、みんなも頑張ってる！しんどいのは、私だけじゃない！と、きっと頑張れるはず！！ぜひ、一人でも、お友達同志でも、ご参加ください。

今年で第 8 回大会を迎える大阪マラソンは、大会本番に向けて今後、女性ランナーに対するホスピタリティ向上を図る取り組みなどを企画していきます。ランナーだけでなく、応援する人も、支える人も、みんなで楽しめる大阪を代表する「お祭り」を一層盛り上げていきます。

開催概要と申し込み方法などの詳細は、下記サイト及び次ページをご参照ください。

<http://www.osaka-marathon.com/2018/event/lady/>



大阪マラソン SEASON TRIAL 2018 Ready! Lady! RUN

■開催概要

名称	大阪マラソン SEASON TRIAL 2018 Ready!Lady!RUN
主催	大阪府・大阪市・一般財団法人大阪陸上競技協会（大阪マラソン組織委員会）
メインスポンサー	株式会社ケイ・オブティコム
オフィシャルスポンサー	ミズノ株式会社、コカ・コーラ ボトラーズジャパン株式会社、 日本通運株式会社
サポーター	FM802、井村屋株式会社、株式会社神戸屋、株式会社 SWAC、 株式会社青木松風庵
運営協力	ミズノ株式会社、ミズノスポーツサービス株式会社
開催日時	9月8日（土）、10月27日（土）

<共通事項>

※実施時間は、9:00～12:00 です。受付時間は 8:30 になります。
※終了後、13 時頃（予定）まで、軽食付きの交流会を実施します。

<雨天の場合について>

基本的に雨天決行となります。
※なるべく濡れない場所を走行するなど対策いたしますが、レインコートなども各自ご準備いただけますと幸いです。
但し、前日 20 時の時点で警報レベルの荒天が予想される場合は、ご登録いただいたメールに中止のご連絡を致します。

集合場所・
走行場所
講師
ゲスト
開催内容・コース

MIZUNO CHAYAMACHI 集合～淀川河川敷公園

松尾奈保子、加賀屋晴香 他

ベストオブミス「ミス・ユニバースジャパン大阪ランニングチーム」

【講義】初めてのマラソンに向けて

- ・トレーニング方法や当日までの過ごし方
- ・レースウェアコーディネート
- ・おススメサプリなど

【実技】

- ・ペース別ランニング（①完走 ②フル 5 時間半 ③フル 5 時間）
- ・初心者のためのレベルアップインターバル

【交流会】

- ・軽食を食べながら、お悩み相談会&懇親会

参加定員
参加資格
参加料

各回 30 名（先着順）

第 8 回大会に出走する女性ランナー（初心者・初級クラス）

各 3,000 円（税込）

【参加インセンティブ】

- ◎軽食付
- ◎ミズノショップ 15%割引券
- ◎シャワーチケット（ミズノ淀屋橋店にて利用可）
- ◎スポーツドリンク
- ◎第 8 回大阪マラソンオリジナルグッズ（非売品）