

「武蔵野市ロードレース2019」を 3月10日(日)に開催します

来る3月に、「第59回武蔵野市内駅伝競走大会」と「第28回武蔵野市民健康マラソン大会」を同日開催します。参加ランナーの申し込みは、1月7日(月)から受け付けスタートです。

長年にわたり、市民の皆さんから親しまれてきた「市内駅伝競走大会」と「市民健康マラソン大会」は、今年3月に開催された市制施行70周年の記念大会から、一般公募により決定した愛称「武蔵野市ロードレース」として新しいスタートを切りました。

次回の「武蔵野市ロードレース」は2019年3月10日(日)に開催が決定。武蔵野市役所周辺を走る短距離コースで、普段あまり体を動かしていない方や、運動して気分転換したい方、運動するきっかけが欲しい方などにもおすすめの大会です。ご家族や友人などを誘ってお気軽にご参加ください。

1/7(月)9:00～ エントリー受付開始

※先着順(中学駅伝を除く)

※1/7(月)～1/13(日)は市内在住・在学・在勤の方のみ受付

※詳しくは市報1月1日号をご覧ください。



お問い合わせ (公財)武蔵野生涯学習振興事業団 武蔵野総合体育館
 ※詳しい開催要項はホームページからご覧いただけます。
 ☎0422-56-2200 URL <http://www.musashino.or.jp/>



武蔵野生涯学習
 振興事業団
 スポーツ振興課事業係
 係長 板倉孝さん

毎年たくさんの方にご参加いただいているイベントです。一人でチャレンジしてみたい方はマラソン、仲間と一緒に参加したい方は駅伝で、走る楽しさ、心地よさを体感してみてください。

運動していない女性のための

「絶対に効果が出るストレッチ
 ～仕事、子育て、介護で忙しい身体を癒やす～」

箱根駅伝5連覇を目指す青山学院大学を支え、NHK「趣味どきっ! 柔軟講座」でもおなじみのフィジカルトレーナー中野ジェームズ修一氏。一流アスリートに支持される中野氏が“今、運動していない20～50代の女性のため”に簡単に効果的なストレッチを優しくお伝えします。

参加者
 募集

日時/3月3日(日)14:30～16:00

場所/総合体育館メインアリーナ

※観客席には男性・子どもも入場できます。

そのほか詳細は市報1月1日号をご覧ください。

お問い合わせ

生涯学習スポーツ課 ☎0422-60-1903



中野ジェームズ修一さん
 写真/清水紘子