

若返り運動&健康ウォーキング ～健康いきいきキャラバン隊～ 開催概要 (案)

1. 目的

中・高齢者を対象にどなたでも気軽に健康づくり運動・ウォーキングに親しめるイベントを実施する。健康づくりに関する情報を多くの市民に提供し、運動の実践だけでなく学びながら健康増進を図る。地域みんなで健康づくりを行い、地域社会におけるコミュニティ形成や健康づくりを応援するイベントとする。

2. 開催概要

◇名称 若返り健康運動&いきいき健康ウォーキング～健康いきいきキャラバン隊～

◇主催 新潟市開発公社・新潟アルビレックスRC
株式会社アルビレックス新潟
公益社団法人日本プロサッカーリーグ

◇後援 新潟市

◇特別協賛 株式会社ココカラファインヘルスケア

◇協賛 各社

◇開催日 平成28年9月19日(月・祝) 9時30分～11時30分

◇会場 新潟市陸上競技場

◇内容 健康運動指導士による簡単な筋力トレーニングやストレッチ
「足元から健康に」をテーマに効果的な健康ウォーキングを行う
心身ともに健康でいきいきとなれるレクリエーション的運動
健康3本柱である運動、栄養、休養に関連する情報の提供
※ 健康講座20分 → 運動指導(ウォーキング含む)約90分
荒天時は屋外でのウォーキングを中止し、体育館で行えるウォーキングや健康運動を実施。

◇対象者 健康づくりに興味関心のある人

◇定員 30名

◇参加料 500円 ※当日の受付にて徴収する

◇持ち物(服装) 運動のできる服装、ウォーキングの出来る外履き、内履き、飲み物、タオル

◇指導者 新潟アルビレックスランニングクラブ 健康運動指導士

◇申込期限 各開催日の3日前まで

◇その他

会場スペースに応じた運動プログラムで実施する。

イベント開催中の映像・写真・記事・記録のテレビ・新聞・雑誌・インターネットなどへの掲載権は主催者に帰属すること。

お申し込み時の個人情報は本活動における参加者の管理、緊急時の連絡、案内の郵送や傷害保険の加入、今後の情報のために限り使用する。第三者に開示ならびに上記目的以外の使用はしない。

3. 申込方法

申込は以下のいずれかとする。

① 郵送、FAXでのお申し込み

チラシの申込書に必要事項にご記入の上、FAXまたは郵送で事務局まで送付

② お電話でのお申し込み

事務局までお電話をいただき、申込書にある必要事項を伝える

申し込み後、1週間以内に受付通知書を送付する。

4. イベント事務局

新潟アルビレックスランニングクラブ事務局「健康いきいきキャラバン隊」係

〒951-8131 新潟市中央区白山浦1丁目614-5 白山ビル7F

TEL 025-201-7666 FAX 025-201-7656

E-mail info@albirex-rc.com URL <http://www.albirex-rc.com>

目指せ！美ジョガー 『YOGA×RUN』
女性限定ランニングクリニック 開催要項

1. 目的

より美しく走りたい、美容のために走りたい、産後のダイエットのために走りたいなど女性限定で美を追求しながら美しく、楽しくトレーニングすることを目的とする。

2. 開催概要

◇名称 目指せ！美ジョガー 『ヨガ×ランニング』女性限定ランニングクリニック

◇主催 新潟市開発公社・新潟アルビレックスRC

◇指導 新潟アルビレックスランニングクラブ

◇開催日 平成28年11月8日（火）～11月22日（火）
毎週火曜日 10：30～11：30 1時間

◇会場 新潟市陸上競技場

◇内容 ランニングにおける美を追求した女性限定指導プログラム。
『YOGA×RUN』で美しく、楽しくランニングを行います。

◇対象者 女性18歳以上

◇定員 10名

◇参加料 1回500円（税込）※会場使用料除く

◇持ち物（服装） 運動のできる服装、ランニングシューズ、飲み物、タオル

◇申込期限 開催日の3日前まで

◇その他

イベント開催中の映像・写真・記事・記録のテレビ・新聞・雑誌・インターネットなどへの掲載権は主催者に帰属すること。

お申し込み時の個人情報は本活動における参加者の管理、緊急時の連絡、案内の郵送や傷害保険の加入、今後の情報のために限り使用する。第三者に開示ならびに上記目的以外の使用はしない。

3. 申込方法

申込は以下のいずれかとする。

① 郵送、FAX でのお申し込み

チラシの申込書に必要事項にご記入の上、FAX または郵送で事務局まで送付

② お電話でのお申し込み

事務局までお電話をいただき、申込書にある必要事項を伝える

③ HP 申し込みフォームからのお申し込み

HP 内の案内に従い、必要事項を入力の上、送信をする

申し込み後、1 週間以内に受付通知書を送付する。

4. イベント事務局

新潟アルビレックスランニングクラブ事務局「女性限定ランニングクリニック」係

〒951-8131 新潟市中央区白山浦 1 丁目 614-5 白山ビル 7F

TEL 025-201-7666 FAX 025-201-7656

E-mail info@albirex-rc.com URL <http://www.albirex-rc.com>

運動能力がぐんぐんUP↗↗ キッズスポーツ教室 開催要項

1. 目的

子どもの健やかな成長のために、発育発達に応じたプログラムの中で様々な動きやスポーツにチャレンジし子どもの運動神経や脳を刺激して、子どもの運動能力を向上目的とする。また子どもの運動能力が二極化する現代において、運動興味をもつ子ども、運動が好きな子を育成する。

2. 開催概要

- ◇名称 運動能力がグングンUP↗↗ キッズスポーツ教室
- ◇主催 新潟市開発公社・新潟アルビレックスRC
- ◇指導 新潟アルビレックスランニングクラブ
- ◇開催日 平成28年11月10日(木)～11月24日(木)
毎週木曜日 16:00～16:50 50分間
- ◇会場 新潟市陸上競技場
- ◇内容 運動が好きになる、運動に興味をもってもらえる楽しい運動プログラムの提供
- ◇対象者 幼児(4～6歳の年中・年長のお子様)
- ◇定員 10名
- ◇参加料 1回500円(税込)
- ◇持ち物(服装) 運動のできる服装、飲み物、タオル
- ◇申込期限 開催日の3日前まで

◇その他

イベント開催中の映像・写真・記事・記録のテレビ・新聞・雑誌・インターネットなどへの掲載権は主催者に帰属すること。

お申し込み時の個人情報とは本活動における参加者の管理、緊急時の連絡、案内の郵送や傷害保険の加入、今後の情報のために限り使用する。第三者に開示ならびに上記目的以外の使用はしない。

3. 申込方法

申込は以下のいずれかとする。

① 郵送、FAX でのお申し込み

チラシの申込書に必要事項にご記入の上、FAX または郵送で事務局まで送付

② お電話でのお申し込み

事務局までお電話をいただき、申込書にある必要事項を伝える

③ HP 申し込みフォームからのお申し込み

HP 内の案内に従い、必要事項を入力の上、送信をする

申し込み後、1 週間以内に受付通知書を送付する。

4. イベント事務局

新潟アルビレックスランニングクラブ事務局「キッズスポーツ教室」係

〒951-8131 新潟市中央区白山浦 1 丁目 614-5 白山ビル 7F

TEL 025-201-7666 FAX 025-201-7656

E-mail info@albirex-rc.com URL <http://www.albirex-rc.com>

2016 リレーフルマラソン in 新潟市陸上競技場 開催要項

1. 目的 ランニングを通じた健康増進と自己への挑戦、地域の連帯感や活力の増進など、地域社会の活性化を目的として、仲間や親子と楽しく気軽に参加でき「スポーツの楽しさ」を味わうことができるイベントを開催する。
2. 主催 新潟市開発公社・新潟アルビレックスRC
3. 共催 新潟市陸上競技協会（予定）
4. 後援 新潟市、新潟市教育委員会、公益財団法人新潟市体育協会（いずれも予定）
5. 協賛 未定
6. 協力 公益社団法人 新潟県接骨師会（予定）
7. 日時 平成28年9月17日（土） 16:00～21:00
8. 内容 1周400mのトラックをタスキリレーし、チームとして42.195km（105周＋195m）を完走する ※16:00スタート5時間制限
周回およびタイムは専用チップで計測
9. 会場 新潟市陸上競技場（新潟市中央区一番堀通町3-1）
10. 参加資格 1チーム4人から10人の自走できる小学4年生以上の健康な男女
※未成年者は保護者の同意が必要
※中学生以下の参加者は当日保護者の同伴が必要
11. 定員 50チーム（1チーム4～10名）※先着順とし、定員になりしだい締切
12. 申込期間 平成28年7月中旬～8月中旬
13. 参加料 1人:1,500円（保険料含む）
14. 申込方法 専用申込用紙に必要事項を記入の上、参加料と一緒に陸上競技場へ申し込む
またはジックZ（<http://gicz.jp/>）から申し込み（別途手数料300円）
15. 表彰 ・チーム賞（1～6位）・大会を盛り上げたチーム賞
・レディース賞（女性のみで構成されたチームの中で最も早くゴールしたチーム）
・シニア賞（全員60歳以上で構成されたチームの中で最も早くゴールしたチーム）
・小学生混合チーム賞（4人以上の小学生と大人で構成されたチームの中で最も早くゴールしたチーム）
・参加賞 ※いずれも予定
16. 問合せ 新潟市陸上競技場（〒951-8132 新潟市中央区一番堀通町3番地1）
TEL 025（266）8111 FAX 025（266）8116
メール kyogijyo@niigata-kaikou.jp