



2017



## Anniversary Fair

# ナイトラン

Night run

in 皇居

7 / 8  
(土)

今年の夏こそランデビュー！目標づくりをしたい方も大歓迎！！  
仲間&スタッフと一緒に皇居ランしてみませんか？  
気持ちよく走った後は、仲間との交流会で乾杯♪  
スペシャルなサマーナイトを過ごしましょう！！

ラン後は、  
シャワーで  
さっぱり  
(有料500円)

|             |  |
|-------------|--|
| 期日          | 7月8日(土)  |
| 距離          | 5km or 10km  |
| 対象          | メンバー、ゲスト   |
| 参加費         | 無料 ※皇居への交通費や食事代は各自負担                                 |
| 集合場所        | 皇居 桜田門時計台前(現地集合・解散)                                  |
| 集合時間        | 18:00  |
| 定員          | 20名 (最少催行人数5名)                                       |
| 受付申込<br>持ち物 | 6月20日(火) 1階フロント※予約可<br>ランニングシューズ、走りやすい服装、<br>飲み物、タオル |

|       |                 |
|-------|-----------------|
| 18:00 | 集合 (桜田門時計台前)    |
| 18:15 | ストレッチ開始         |
| 18:30 | ランニング開始         |
| 20:00 | 解散 (5km19:30解散) |
| 20:30 | 交流会 (希望の方)      |