

グッドモーニングヨガ with ジャズ

9:00 ~ 10:00

参加費 500円 / 人
第1期教室会員様 300円 中学生以下無料

対象者 どなたでも参加いただけます

募集人数 100名

昨年好評で100人も集まったグッド
モーニングヨガを今年も開催！
今年はジャズの街、岡崎らしくBGM
はジャズミュージックが流れます♪
5月のさわやかな風。
足元はふっかふかの天然芝。
こんなステキな環境の中でヨガを
楽しんでみませんか？
ぜひ、ご家族やご友人を誘い
ご参加ください！



岡崎市
龍北
総合
運動場

Okazaki City Ryuhoku Playground

2022 龍北総合運動場
陸上競技場

5/14 Sat

春の
スポーツ
まつり

トヨタ自動車陸上部OB × マラソンクリニック

10:30 ~ 12:00

参加費 1000円 / 人
第1期教室会員様 500円

対象者 マラソン中級者向け
フルマラソン 3時間00分~5時間00分
ハーフマラソン 1時間30分~2時間30分
程度

募集人数 50名

世界陸上やニューイヤー駅伝、箱根駅伝で
活躍したトヨタ自動車陸上長距離部OB
(尾田賢典氏、高林祐介氏)を招き、マラ
ソンクリニックを開催します！当日はラン
ニングに大切な動きづくりとグループレ
ンニング(インターバル走やペース走など)
を予定しております。
記念撮影やサインがもらえるかも👉



高林 祐介
(たかばやし ゆうすけ)

上野工業高校(現:伊賀白鳳高校)
3年時:インターハイ 1500M 優勝
2年時:全国高校駅 4区 2位

駒澤大学
大学1年時の出雲駅伝を除く学生
3大駅伝に11回出場し、7回区間賞
を獲得

出雲駅伝 : 2年時、3年時
全日本大学駅伝 : 2年時、3年時、4年時
箱根駅伝 : 3年時、4年時

トヨタ自動車
ニューイヤー駅伝初優勝メンバー
(2011年)

2011年、2012年には区間賞を獲得

大牟田高校
3年次に全国高校駅伝 6区 区間賞

関東学院大学
箱根駅伝 3回出場、
関東インカレ 2冠
(5000M/10000M)

トヨタ自動車
ニューイヤー駅伝初優勝メンバー
(2011年)

東京マラソン 4位(2時間09分03秒)
世界陸上大邱大会男子マラソン日本代表



尾田 賢典
(おだ よしのり)

現在もトレイルランニングに挑戦中！

ウォーキングサッカー体験会 (簡易ゲーム)

1部 13:30 ~ 15:15

2部 15:30 ~ 17:15

参加費 500円 / 人
第1期教室会員様 300円

対象者 1部 小学生1~3年生とその保護者/2人1組
2部 小学生4年生~おとな

募集人数 1部 24組 / 2部 48名

子どもも大人も、年齢や性別、障がいの有無に関係なく、
誰もが一緒に楽しめる今注目のスポーツ！
『走ってはいけない』というルールなので、サッカー経験
がなくても簡単に参加でき、ゲームを楽しめます！



主なルール

- 走らない
- 接触禁止(相手が持っているボールを
取りにいかない)
- スライディング・ヘディング禁止
- キックは基本ゴロで、高さ1Mくらいまで。
- ゴールエリアには誰も入れない
- 試合時間前半7分・後半7分

