

# 2019トレイルランニング練習会

[トレイルランニング練習会]札幌近郊を楽しく走ろう！トレラン仲間ができるかも♪♪

参加 (有・無)	開催日	集合場所	集合時間	距離	予定所要時間	タイトル	内容	備考
	5月12日(日)	サッポロスキッド	9:45	約11km	約90分	桜とトレランの足慣らし	サッポロスキッド～桜山コース(1周)～サッポロスキッド	
	5月18日(土)	旭山記念公園 第1駐車場(レストハウス前)	9:30	約8km	約120分	藻岩山山頂往復	旭山記念公園～藻岩山山頂～旭山記念公園	
	6月8日(土)	平和の滝(駐車場)	9:00	約11km	約180分	手稲山にチャレンジ!	平和の滝～手稲山山頂～平和の滝	※水分・補給食必須です。
	6月30日(日)	サッポロスキッド	9:45	約13km	約120分	SKIDから藻岩山へGO!!	サッポロスキッド～藻岩山スキー場～藻岩山～サッポロスキッド	
	7月14日(日)	白旗山(駐車場)	9:30	約10km	約80分	心地よい林道コース	白旗山コース1周	
	7月20日(土)	西岡公園(駐車場)	9:00	約17km	約180分	緩やかなトレイルを走ろう	西岡公園～白幡山～西岡公園	

- 申込方法:開催日の5日前までの申し込みとなります。電話またはFAXにてお申込みください。■コース、距離、所要時間は変更する場合がございます。
- 参加料は現地にて頂戴いたします。■ヒグマの出没や悪天候により中止する場合は事前にご連絡させていただきます。
- 走りやすい服装・シューズ・飲料水等は、各自でご用意をお願い致します。■万が一、事故・怪我等が発生しても、責任は負えませんのでご了承ください

2019トレイルランニング練習会 参加申込書			
フリガナ 名前	生年月日 年 月 日	性別 男 / 女	参加料 各 500円
住所 〒			電話番号
			携帯番号

緊急連絡先:太田(080-6934-8082)

株式会社 サッポロスキッド

札幌市南区澄川3条5丁目2-5

TEL(011)842-2730,FAX(011)812-6190