

狩野川神島公園 parkrun

家族で 5 km の 運動習慣

参加無料

毎週土曜日 朝 8 時 スタート

会場：狩野川神島公園

Parkrun は毎週土曜日の朝、5 km をそれぞれのペースで踏破する
コミュニティイベントです



集合時間

毎週土曜日
朝 7 時 45 分集合

対象

どなたでも（12 歳以下保護者同伴）
☆ベビーカー、ワンちゃんも可☆

活動内容

parkrun は、毎週土曜の朝、公園で行う「参加無料の 5km イベント」です。走っても歩いても OK で、タイムをねらう人も、友だちや家族とおしゃべりしながら歩く人もいます。運動が苦手な人も得意な人も、みんなで応援し合いながらゴールを目指す、地域の交流の場です。
子どもや保護者がボランティアとして運営に参加することもでき、人々とのつながりや挑戦する気持ちを育みます。

参加方法

予約は不要です。当日朝、直接会場にお集まりください
ホームページから無料の ID 登録をお願いします。
無料駐車場は 7 時 30 分に開錠します。

後援

伊豆の国市
伊豆の国市教育委員会



問い合わせ：狩野川神島公園 parkrun kanogawakamishimakoen@parkrun.com