

“アスリート”とトレーニング
“明日”につながるトレーニング
「アストレこもろ事業」

高地トレーニング推進 PR キャラクター

高トレマン™



三井住友海上火災保険株式会社 所属

オリンピック士佐礼子氏 による ランニング教室・講演会



【主催】 小諸市・小諸市教育委員会
【共催】 三井住友海上火災保険株式会社・小諸市スポーツ少年団
小諸市エリア高地トレーニング推進協議会
【開催日】 令和3年 2/21日
【受付期間】 1/18 (月) 9:00 ~ 1/29 (金) 17:00

【開催日】 令和3年 2/21日

1

ランニング教室

定員 30 名【先着・申込制】

- ◆場所 小諸市総合体育館
- ◆時間 10:30 ~ 11:45 (受付 9:30 ~)
- ◆対象 市内在住の小・中学生
(保護者のみ見学可 / 一般参加不可)
- ◆持物 靴 (上履き)、飲み物、
運動できる服装



ランニング教室
申込はコチラ

MS&AD 三井住友海上

士佐 礼子氏

マラソン選手として、2度のオリンピック出場、2度の世界陸上メダル獲得を果たす。現在は、三井住友海上女子陸上競技部のアドバイザーを務めながら、社内外のイベントでの講演やゲストランナー等の活動を行っている。

- 2001年 世界陸上 (カナダ エドモントン) 女子マラソン 銀メダル
- 2004年 名古屋国際女子マラソン 優勝
- 2004年 アテネオリンピック女子マラソン 5位
- 2007年 世界陸上 (大阪) 女子マラソン 銅メダル
- 2008年 北京オリンピック女子マラソン 出場

【申込方法】「ながの電子申請サービス」、スポーツ課窓口、
または、電話でお申込みください。

【受付期間】 1/18 (月) 9:00 ~ 1/29 (金) 17:00

2

講演会・トークイベント

定員 300 名【事前申込不要】

※定員に達し次第、受付終了

- ◆場所 小諸市文化センター
- ◆時間 14:00 ~ 15:00 (受付 13:20 ~)
- ◆内容 ①講演 ②トークセッション

■感染症対策にご協力をお願いします■

- ランニング教室参加者には、事前に「健康チェックシート」を送付します。(当日受付の際に提出していただきます)
- 講演会・トークイベント参加の方は、当日受付にて、参加者特定のため、氏名や住所などをご記入いただけます。
- 受付にて、検温のご協力をお願いします。
- 当日はマスクの着用をお願いします。
- 感染拡大の状況によって、中止となることがあります。
- 以下の事項に該当する場合は、参加をご遠慮ください。
 - ①発熱、咳、咽頭痛などの症状がある場合
 - ②同居家族や身近な知人に感染が疑われる方がいる場合
 - ③過去 14 日以内に政府から入国制限、入国後観察期間を必要とされている国、地域等への渡航又は当該在住者との濃厚接触がある場合



三井住友海上女子陸上競技部の皆さん (右から 2 番目 士佐氏)

参加無料
です!