



ジョギング練習会開催要項

『第24回和歌山ジャズマラソン』のプレイベントとして、ジョギングを行う時の注意事項やトレーニング方法を学習する「ジョギング練習会」を開催します。

運動をするときの体調や安全に対する意識を高めるとともに、ジョギングの楽しさを知り、本大会での成果の向上につなげていくことを目的とします。

- 1 主催 一般財団法人和歌山陸上競技協会 和歌山ジャズマラソン実行委員会
- 2 開催日 令和8年10月10日(土)・17日(土)・31日(土)
11月 7日(土)・13日(金)・23日(月・祝)
12月 6日(日)・12日(土)
全8回 午前9時00分～12時00分頃
※10月10日(土)は、午前9時00分～10時00分頃まで陸上競技場2階の第2会議室にて座学を行います。終了後ランニング指導を行います。
座学では、東洋ライス株式会社を講師に迎え、お米を中心とした栄養学や、運動前後の効果的な栄養補給・食事の摂り方などの講義を予定しております。
※11月13日(金)のみ、午後7時00分～9時00分頃の時間帯で、陸上競技場内でナイター練習会を行います。
- 3 会場 県営紀三井寺公園周辺及び大会コースの一部
- 4 集合 県営紀三井寺公園(球技場・補助競技場の東側)
※ 和歌山ジャズマラソンの旗(オレンジ)が目印です。
和歌山市毛見200(和歌山バス『競技場前』下車徒歩3分)
- 5 対象者 「第24回和歌山ジャズマラソン」出場予定の方(小学生以下は保護者等同伴)
- 6 受講料 一律3,000円(保険料、飲料水、コップ代を含む)
※会場までの交通費等は各自負担
- 7 携行品 運動のできる服、シューズ、タオル、飲料水等
- 8 講師 一般財団法人和歌山陸上競技協会所属コーチ
- 9 申込先 右記の二次元コードより必要事項を入力してお申し込みください。



<申込用二次元コード>

※受講料3,000円はジョギング練習会の初回参加時に会場にて集金します。
※受講回数に関わらず一律3,000円です。初回受付時、係員にお渡しください。
※おつりの出ないようにご協力をお願いします。
※電話・FAX・郵送でのお申込は不可。
※お申込みをいただいた方は、練習会を全て欠席された場合も受講料はいただきます。

- 10 申込期間 令和8年8月14日(金)～9月14日(月)

【注意事項】

- ・別紙「ジョギング練習会 連絡事項」をご確認いただき、参加してください。
- ・事前に医師による健康診断を受けるなど体に異常のないことを確認して、本人の責任において参加してください。
- ・主催者においては、練習会中に事故等が発生した場合、応急処置は行いますが、その他一切の責任を負いません。
- ・スポーツ傷害保険に加入します。
- ・練習会中は、指導者(コーチ)の指示に従って行動してください。
- ・会場内にある更衣室およびシャワールームは、ご利用いただけません。
ただし、11月13日(金)に限り、ご使用いただけます。

問合先

〒640-8511 和歌山市七番丁23番地
和歌山ジャズマラソン実行委員会 担当：紀川
Tel 073-435-1364