

第13回

大阪マラソン!

1/22 (土)

9:30~10:30

吉本芸人と大阪城公園で走ろう

定員 20名

運動が久しぶりの方も、
ランニング初心者でも大丈夫。
大阪城公園を楽しく走りましょう!

9:30~ ウォーミングアップ
9:40~ 走り方レクチャー
9:50~ ランニング開始
[3~4km]変動あり
10:20~ クールダウン

料金

一般 ￥2,000(税込)

法人 ￥1,500(税込)

＊利用料込の金額です



生ファラオ

NSC37期生

石川 (写真左)
東 武志 (写真右)

注意事項

- ・9:15までに受付をお済ませ下さい。
- ・雨天決行 ※警報発令時中止
- ・他のランナーもおられますので接触にはご注意ください。
- ・感染症対策にご協力お願い致します。



アシスタントコーチ 山本芳弘

自己ベスト

フルマラソン 2時間13分22秒

ハーフマラソン 1時間2分3秒

世界ハーフマラソン日本代表

奈良マラソン2019 優勝

奈良マラソン2021 優勝



申込方法

ランニングベース大阪城フロント
e-moshicomネット予約
電話予約 TEL:06-6450-6613

RUNNING BASE 大阪城

大阪府中央区大阪城3-1 JO-TERRACE OSAKA内
E TERRACE 104(大阪城公園駅より徒歩2分)