

# プロギング×磯野あずさランニング教室

プロギングとは…ゴミを拾いながら、ジョギングをする新感覚のフィットネスです。

プロギングはランナーが気軽に取り組める SDGs の一つ

富山マラソンのコースをたどる 5～10 km のルートで、ゴミを拾いながらのジョギングを楽しもう！！

また、これからランニングを始めてみたいと思っている方、富山マラソンに初めてチャレンジする方、大歓迎です。

お気軽にご参加ください。



## 開催日・コース

心も体も環境もキレイに出来て、楽しく走れる全 3 回

第 1 回 6/18(土) 高岡市コース (高岡市役所発着、古城公園、高岡大仏、関野神社、国宝瑞龍寺を巡る街コース)

第 2 回 8/7(日) 富山市コース

第 3 回 9/10(土) 射水市コース

※第 2 回、第 3 回の発着場所、コースについては、追って案内いたします。

## スケジュール

- 8:30 受付～
- 9:00 磯野あずさランニングアドバイス + プロギング説明
- 9:30 プロギング
- 11:30 ゴミ分別・プロギング終了
- 11:45 整理体操
- 12:00 解散

**参加費** 各回 1,000 円 (保険料含む)  
※参加賞 (オリジナルグッズ、軽食) があります！  
※軍手、袋は支給します。

**対象者** 小学生以上の方ならどなたでも参加可能！！  
※18 歳未満の方は保護者の同意を得てご参加ください。小学生は保護者同伴でご参加ください。  
※車いすでの参加、伴走者と参加の場合は、お申込みの際にお知らせください。  
※走力や体力、ご希望の距離に応じ、グループ分けをいたします。

## 参加申込

インターネット申込サイト e-moshicom (イー・モシコム) にて  
<https://moshicom.com/user/413432/> (ページ下部の「イベント募集」をご覧ください。)

参加定員 各回 30 名

申込締切 各開催日の 7 日前まで

**問合せ先** 富山マラソン実行委員会事務局  
TEL : 076-444-4102 Mail : tm-info@toyamamarathon.com

**主催** 一般社団法人日本伴走家協会 / 富山マラソン実行委員会事務局



過去 6 回の富山マラソンで  
優勝も最終走者も経験している  
磯野あずさがナビゲートします

