

～生駒縦走路をめぐる～

現役アスリート
岩崎勉と走る
トレイルラン！



トレイルランニング教室

参加者全員に
サプリメント
サンプルを
プレゼント！

講師 岩崎 勉 (いわさきつとむ)

トランスジャパンアルプスレース
415km、ウルトラゴビ400kmなど
超長距離のトレイル&マウンテンラン
ニングで活躍する現役アスリート。

第一回
生駒縦走
北コース
4/13 土
9:00 ~ 13:30

ほしだ園地～
むろいけ園地コース
日本最大級の人道用吊り橋
「星のブランコ」からは
四季折々の景色が眼下に広がります
★★★

集合場所：京阪交野線 私市駅

第二回
生駒縦走
中コース
5/11 土
9:00 ~ 13:30

飯盛山～枚岡公園コース
コース上には飯盛城跡があり
歴史を感じられる
スポットがたくさんあります

集合場所：JR学研都市線 四条畷駅

第三回
生駒縦走
南コース
5/25 土
9:00 ~ 13:30

暗峠～高安山コース
十三峠からの景色は絶景で
大阪平野が見渡せます

集合場所：近鉄奈良線 枚岡駅

コースMAP

- 第一回目
- 第二回目
- 第三回目

※当日の状況により、
コースや終了時間は
変更の可能性があります。



大東GTGのトレイルランニング教室



大東GTGのトレイルランニング教室の魅力は、講師の先生に走り方やポイントを教わりながら走れること！初心者の方でも参加しやすく、大東の方はもちろん、近畿各地から毎回多くの方が参加されています。また、1回ごとに走るコースが変わるので気になるコースや好きな日程を選んで参加できるのも魅力的！仲間もたくさんできるトレイルランニング教室で、いっしょに生駒山を駆け抜けましょう★

講師紹介 ———— 現役アスリート 岩崎 勉 先生

ランニング歴 ロード27年トレイル26年


資格 Wilderness First Aid(野外救急法)、普通救命講習Ⅰ(大阪市)
長距離トレイル&マウンテンランニングを中心に全国の山域で活動中。国内最難関とされる(トランスジャパンアルプスレース)は2006年から出場。2016年初完走を果たす。トレイルランニングイベントに講師、ゲストランナー、招待選手、パネリストなどとして参加、普及活動なども行っている。

主な出場大会 ウルトラゴビ(400km)2017年日本人初完走!

スポンサー ZENNUTRITION



お申し込み方法

対象	健康で、平地をおよそ5km35分以内で走れる方
定員	各15名
受講料	1回:2,000円(傷害保険料含む)
申込方法	①～⑧について、電話もしくはFAXにてご回答ください ①郵便番号、②住所、③氏名、④年齢、⑤性別、⑥電話番号、⑦5kmのランニングタイムもしくは、現在の運動習慣、⑧聞きたいことや知りたいこと(何でもOK) <small>※お申込み時にいただいた個人情報は厳重に管理いたしますが、当財団の主催イベント等の案内を送付する場合があります。</small>
申込先	大東市立市民体育館 「トレイルラン」係
集合場所	第一回目：京阪交野線 私市駅 改札口出てすぐ(解散場所：JR学研都市線 四条畷駅) 第二回目：JR学研都市線 四条畷駅 改札口出てすぐ(解散場所：近鉄奈良線 枚岡駅) 第三回目：近鉄奈良線 枚岡駅 奈良方面行ホーム側改札口出てすぐ(解散場所：近鉄信貴線 信貴山口駅) <small>※荷物はゴール地点まで搬送いたします。</small>
安全マナーガイド	ご参加される方は、事前に「トレイルランニング安全・マナーガイド」をご一読ください。  <small>トレイルランニング安全・マナーガイド https://trail-runners.net/data/manner_guide.pdf</small>

大東市立市民体育館
〒574-0014 大東市寺川1-20-20
https://daito-sports.jp/
休館日：12月29日～1月3日 / 電話受付：9時～21時

TEL 072-871-3201
FAX 072-871-3202

大東GTG



<主催>一般財団法人 大阪スポーツみどり財団(大東市体育施設指定管理者)

<協力>大東市教育委員会、大阪府山岳連盟・トレイルランニング研究所 <協賛>

