

秋田G S Nスロージョギングクラブ

Q1. どんな活動をしていますか？

当クラブは2015年6月に15名の愛好者で発足。その後、講習会や体験教室などを重ねる度に人数が増加、一時200名を超えるメンバーが活動しておりましたが、コロナ禍の影響で2024年4月現在は167名となっております。

主に御所野・北部・南部・中央・河辺と秋田市内全域で活動しております。

メンバーの多くは50～70歳代ですが、「歩ける方であれば誰でもできる」をキャッチフレーズに年齢・男女・運動経験関係なくそれぞれ楽しんでおります。



室内での活動の様子

Q2. 活動する上で、 どんなことを心がけていますか？

無理・無駄な動きをしないよう、常に余裕を持った運動を心がけるよう活動しております。



屋外での活動の様子

私たちの活動に参加しませんか！

団体からのPRメッセージ

膝や腰が痛く、自分にはできないと思って恐る恐る参加されたみなさんが、いつの間にか腰や膝の痛みもなくなり楽しく走っております。また、かかりつけ医に行く度に、血圧や心電図などが正常と褒められ、メンバーのみなさんその効果に自らが驚いております。



メンバーの集合写真

活動情報

- 活動日時 南部市民サービスセンター別館は午前9時～10時、他は午前10時～11時
- 活動場所 御所野総合公園および御所野児童センター（毎週月・水・金曜日）
秋田県スポーツ科学センター（毎週金曜日）
南部市民サービスセンター別館（毎週火曜日）
北部市民サービスセンター（毎週月曜日）
河辺総合福祉交流センター（毎週火曜日）
- 活動内容 クラブ登録メンバーが、各自余裕を持ったジョギングで1時間程度走る
- 対象 クラブ員が中心であるが、クラブ員以外の無料体験参加はいつでも可能

問合せ先



団体名 秋田GSNスロージョギングクラブ
代表者 代表 多田 正明
TEL 018-826-0373(多田正明)
メール srv5227@yahoo.co.jp

Facebook



令和6年5月