



TOKINO 朝ラン

／毎週朝にランニング習慣から始めよう！／

日程

8/2 8/9 8/16 8/23 8/30

毎週土曜日 朝7:00～8:15

SUMMER TIME

集合解散

トキノサイクリングフィットネス

実施場所

善福寺川コース

参加対象

会員・一般

定員

定員12名(最少催行6名)

締切

各開催日1週間前

参加代金

会員／200円(税込)

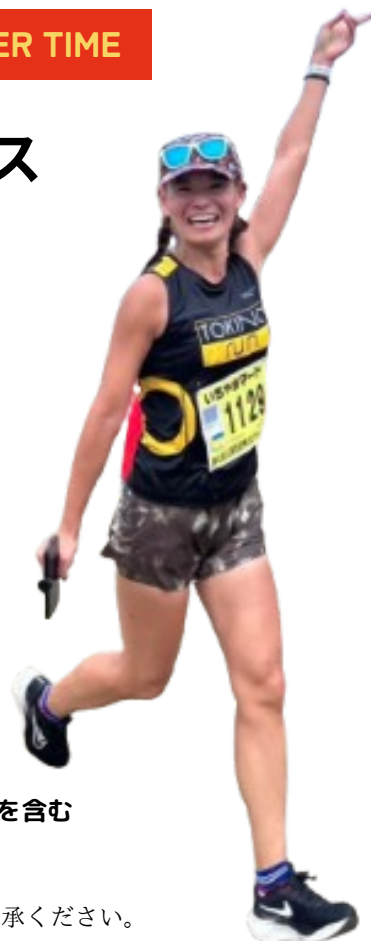
一般／1,650円(税込) ※シャワーなど施設利用料を含む

【参加条件／取消料】

☐ 10～8日前20% 7～2日30% 前日40% 当日50% 無連絡不参加及び開始後100%

☐ お申し込み後のキャンセルは、ご入金状況に関わらず、キャンセル料金は発生いたします。予めご了承ください。

☐ ポイントのご返金はいたしかねます。



スケジュール
(予定)

7:00 トキノサイクリング集合 ⇒ ウォーミングアップ

⇒ 善福寺川コース ⇒ 8:15 トキノサイクリング到着 ⇒ ストレッチ