

札幌スポーツ館 ランニング イベント カレンダー

本店/サツエキブリッジ店/マルヤマクラス店

【 3月 】

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
			1 《 ナイトラン 》 場所 マルヤマクラス店 スタート 18時30分	2 《 ナイトラン 》 場所 サツエキブリッジ店 スタート 18時30分	3 開催なし	4 開催なし 北海道マラソン申込開始
5 開催なし	6 《 ナイトラン 》 場所 マルヤマクラス店 スタート 18時30分	7 《ラン&ウォーク》 場所 マルヤマクラス店 スタート 11時00分 《 ナイトラン 》 場所 本店 スタート 19時00分	8 《 ナイトラン 》 場所 マルヤマクラス店 スタート 18時30分	9 開催なし	10 開催なし	11 開催なし 名古屋ウィメンズマラソン
12 開催なし	13 《 ナイトラン 》 場所 マルヤマクラス店 スタート 18時30分	14 《ラン&ウォーク》 場所 マルヤマクラス店 スタート 11時00分 《 ナイトラン 》 場所 本店 スタート 19時00分	15 《 ナイトラン 》 場所 マルヤマクラス店 スタート 18時30分	16 《 ナイトラン 》 場所 サツエキブリッジ店 スタート 18時30分	17 開催なし	18 開催なし 白糠ロードレース
19 開催なし	20 《 ナイトラン 》 場所 マルヤマクラス店 スタート 18時30分	21 秋分の日 《 スイーツラン 》 場所 本店 スタート 11時00分	22 《 ナイトラン 》 場所 マルヤマクラス店 スタート 18時30分	23 開催なし	24 開催なし	25 《ランニング講習会》 場所 メルキュールホテル札幌 スタート 10時00分
26 開催なし	27 《 ナイトラン 》 場所 マルヤマクラス店 スタート 18時30分	28 《ラン&ウォーク》 場所 マルヤマクラス店 スタート 11時00分 《 ナイトラン 》 場所 本店 スタート 19時00分	29 《 ナイトラン 》 場所 マルヤマクラス店 スタート 18時30分	30 《 ナイトラン 》 場所 サツエキブリッジ店 スタート 18時30分	31 《 伊達ハーフ対策 》 場所 本店 スタート 11時00分	

ランニングイベントのご予約は下記へご連絡ください。

札幌スポーツ館 コールセンター 011-221-6411

札幌スポーツ館のホームページからもご予約いただけます。

<http://www.sportshouse.info/>

平日のイベント

※お支払い方法は現金のみとなります。お得な回数券(11回分税込5000円期限6ヶ月)で販売しております。

タイトル	開催日	時間	集合場所	定員	レベル	内容	走行場所	走行距離	ペース	着替え場所	荷物預かり	料金
ナイトラン	毎週 火曜日	18:30~ 19:50	マルヤマ クラス店 カウンター前	20名	8km前後 走れる方	ランニングの情報収集や ラン友作りなどランナーの 社交場となっております。 一緒にマラソン大会 を目指して頑張って 走りましょう。	円山近郊	8~10km	キロ6分30秒 から	店舗 フィッティング ルーム	店舗 カウンターにて お預かり 致します。	540円
ラン & ウォーク	毎週 水曜日	11:00~ 12:30	マルヤマ クラス店 カウンター前	20名	ランニングを 始める方 走り始めて 間もない方	ランニング初心者向けの イベントです。まずは歩 いて走ってを繰り返し 行い一緒に基礎体力 を養いましょう。	円山近郊	7~8km	キロ7分30秒 ~ウォーキング 程度	店舗 フィッティング ルーム	店舗 カウンターにて お預かり 致します。	540円
ナイトラン	毎週 水曜日	19:00~ 20:50	本店 2階	20名	8km前後 走れる方	ランニングの情報収集や ラン友作りなどランナーの 社交場となっております。 一緒にマラソン大会 を目指して頑張って 走りましょう。	豊平川 河川敷 中島公園 など	8~10km	キロ6分30秒 から	店舗 フィッティング ルーム	3階売場にて お預かり 致します。	540円 (1階レジに てお支払い 致します)
スピード ナイトラン	毎週 木曜日	18:30~ 19:50	マルヤマ クラス店 カウンター前	20名	キロ5分半で 8km前後 走れる方	スピードを養う為のナイト ランです。自己ベストを 目指して仲間と一緒に に負荷の強い練習を しましょう。	円山近郊	8~10km	キロ5分30秒 から	店舗 フィッティング ルーム	お荷物は カウンターにて お預かり 致します。	540円
ナイトラン	隔週 金曜日	18:30~ 20:30	サツエキ ブリッジ店 カウンター前	20名	8km前後 走れる方	ランニングの情報収集や ラン友作りなどランナーの 社交場となっております。 一緒にマラソン大会 を目指して頑張って 走りましょう。	札幌駅 近郊	8~10km	キロ6分30秒 から	店舗 フィッティング ルーム	店舗 カウンターにて お預かり 致します。	540円

土曜、日曜、祝日のイベント

※お支払い方法は現金のみとなります。

タイトル	開催日	時間	集合場所	定員	レベル	内容	走行場所	走行距離	ペース	着替え場所	荷物預かり	料金
スイーツラン	3月21日 (水祝)	11:00~ 15:30	本店 2階	20名	ゆっくり 15km前後 走れる方	「レ・リシェ」に行く予定で す。スイーツ代は各自負担 お願い致します。行き先が 変更になる場合がございます のでご了承ください。	東北通り	20km前後	7分前後	店舗 フィッティング ルーム	店舗 カウンターにて お預かり 致します。	1000円 (1階レジに てお支払い をお願い致 します。)
アシックス ランニング 講習会	3月25日 (日)	10:00~ 15:00	ルキュー ホテル 札幌4階	50名	キロ7分前後で 15km以上 走れる方	「雪道20km&伊達ハーフ マラソンアドバンス会」	積雪状況に より 走行場所を 変更します	20km	キロ5分 キロ5分30秒 キロ6分 キロ6分30秒 キロ7分	指定 更衣室	指定 更衣室が そのまま 荷物 置き場 になります。	2000円 (開催前日 までにマル ヤマクラ ス店へお 支払いい ください。)
伊達ハーフ 2時間切り 対策	3月31日 (土)	11:00~ 14:30	本店 2階	20名	ハーフマラソン 2時間切りを 目指す方	伊達ハーフマラソンで2時間切 りを目指すに5分30秒のペ ース走をします。大会まで残 り2週間、最後の模擬練習 を一緒にしましょう!!自信 のない方でも何kmまで行 けるか試して下さい。	積雪状況に より 走行場所を 変更します	21km	キロ5分30秒	店舗 フィッティング ルーム	店舗 カウンターにて お預かり 致します。	1000円 (1階レジに てお支払い をお願い致 します。)

店舗情報

■札幌スポーツ館 本店 011-222-5151

札幌市中央区南3条西3丁目 10時30分~19時30分

■札幌スポーツ館 サツエキブリッジ店 011-200-5588

札幌市北区北6条西5丁目サツエキbridge内 10時00分~21時00分

■札幌スポーツ館 マルヤマクラス店(アシックスショップ札幌) 011-676-5588

札幌市中央区南1条西27丁目マルヤマクラス2F 10時00分~20時00分