

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

【 1 月 】

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日	日曜日
	1 元日 マルヤマ初売り	2 開催なし 本店初売り サツエキ初売り	3 開催なし	4 開催なし	5 9:00~15:30 初詣ラン 本店	6 開催なし
7 開催なし	8 18:30~19:50 ナイトラン マルヤマクラス店	9 11:00~13:00 ラン&ウォーク マルヤマクラス店 19:00~20:50 ナイトラン 本店	10 18:30~19:50 ナイトラン マルヤマクラス店	11 11:00~13:00 ラン&ウォーク マルヤマクラス店 18:30~20:30 ナイトラン サツエキブリッジ店	12 開催なし	13 10:00~15:00 作.ACラン講習 マルヤマクラス店
14 成人の日 開催なし	15 18:30~19:50 ナイトラン マルヤマクラス店	16 11:00~13:00 ラン&ウォーク マルヤマクラス店 19:00~20:50 ナイトラン 本店	17 18:30~19:50 ナイトラン マルヤマクラス店	18 18:30~20:30 ナイトラン サツエキブリッジ店	19 開催なし	20 10:00~15:00 スイーツラン 本店
21 開催なし	22 18:30~19:50 ナイトラン マルヤマクラス店	23 11:00~13:00 ラン&ウォーク マルヤマクラス店 19:00~20:50 ナイトラン 本店	24 18:30~19:50 ナイトラン マルヤマクラス店	25 11:00~13:00 ラン&ウォーク マルヤマクラス店 18:30~20:30 ナイトラン サツエキブリッジ店	26 10:00~13:00 今日から始めるラン教室 本店	27 開催なし 北海道スノーマラソン
28 開催なし	29 18:30~19:50 ナイトラン マルヤマクラス店	30 11:00~13:00 ラン&ウォーク マルヤマクラス店	31 18:30~19:50 ナイトラン マルヤマクラス店			

【イベント開催について】

基本的に雨天決行ですが天気予報で警報発生時は中止致しますのでご了承下さい。
その他、各イベントの詳細は裏面をご確認ください。

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ネット予約いただけます。

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	受付開始 18:00~ スタート 18:30 終了 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 隔週 金曜日	受付開始 10:30~ スタート 11:00 終了 13:00	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	受付開始 18:30~ スタート 19:00 終了 20:50	1階レジ 受付後 3階集合	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 をお願い致 します)
ナイトラン (スピード)	毎週 木曜日	受付開始 18:00~ スタート 18:30 終了 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	毎週 金曜日	受付開始 18:00~ スタート 18:30 終了 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
初詣ラン	1月5日 (土)	受付開始 8:30~ スタート 9:00 終了 15:30頃	1階レジ前	20名	ゆっくり 20km前後 走れる方	ランナーには縁起の良い名 前の「豊足(はゆあし)神社」に 行く予定です。帰りは交通 機関で帰ってきます。交通 費は各自ご負担をお願い 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。	国道5号線	20km前後	キロ7分30秒 前後	店舗 フィッティング ルーム	店舗にて 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。)
作AC ランニング 講習会	1月13日 (日)	受付開始 9:30~ スタート 10:00 終了 15:00頃	メルキュール ホテル 札幌4階	50名	キロ8分で 15km以上 走れる方	冬のトレーニングアドバイ ス会	豊平川 河川敷	15~25km	キロ6分 キロ6分30秒 キロ7分 キロ7分30秒 キロ8分	ホテル内 指定 更衣室	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 支払い致 さい。)
スイーツラン	1月20日 (日)	受付開始 9:30~ スタート 10:00 終了 15:00頃	1階レジ前	20名	ゆっくり 18km前後 走れる方	「サルウアトレクオモ」に 行く予定です。食事は各自 ご負担をお願い致します。 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。	札幌中心部	18km前後	キロ7分30秒 前後	店舗 フィッティング ルーム	店舗にて 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。)
今日から 始める ランニング教 室	1月26日 (土)	受付開始 9:30~ スタート 10:00 終了 13:00頃	1階レジ前	10名	これから走り 始める方や 走り始めて 間もない方	前半はシューズの選び方や ランニングの基礎知識など、 後半は実際に外に出て走 りながらフォームチェックな ど案内します。お昼休憩は ありませんので朝食はしっ かり食べて来てください。	中島公園	3~5km	キロ7分~ 7分30秒	店舗 フィッティング ルーム	店舗にて お預かり 致します。	500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