

ランニングに必要なラダートレーニングを伝授！  
みんなでインターバルやペース走など実践練習します！

申込受付中★

～ 第42回豊橋みなとシティマラソン ～  
ご参加を希望される方は、  
ご自身でエントリーをお願いします。  
詳しくは『豊橋みなとシティマラソンHP』で  
ご確認ください。  
【チーム名:アクアリーナ豊橋】でエントリーしてね!!

# ラントレ

第42回豊橋みなとシティマラソンに向けて、  
『チームアクアリーナ』で一致団結して頑張りましょう!

ラントレパック：¥4,500/10回

- ★全10回分の参加券
- ★オリジナルTシャツプレゼント
- ★休んでも損なし!



ラントレパックが  
断然オトク!!  
8/4(日)まで限定  
13:00～14:30

トレーニンググループ振替制度!  
振替時はラントレパック綴り券をTGスタッフに見せてください!

- ★毎回抽選会実施!  
今回のオリジナルTシャツを着用してラントレに参加!  
レッスン終了後にくじを引いて景品GET!

9/1  
スタート

単発参加：¥600/回

お試しでのご参加大歓迎!

- ・別途施設利用料 (大人¥500、生徒¥200) が必要です。
- ・ご入金後のお客さま都合による返金は致しかねます。
- ・レッスン中、SNS等掲載用の写真を撮らせていただく場合があります。予めご了承ください。

9月 2024年							10月 2024年						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
1 ラントレ	2	3	4	5	6	7			1	2	3	4	5
8 ラントレ	9	10	11	12	13	14	6 ラントレ	7	8	9	10	11	12
15 ラントレ	16	17	18	19	20	21	13 ラントレ	14 ラントレ	15	16	17	18	19
22 ラントレ	23	24	25	26	27	28	20 ラントレ	21	22	23	24	25	26
29 ラントレ	30						27 ラントレ	28	29	30	31		

アクアリーナ豊橋 0532-31-4781