

花火ラン

北千住ラン&足立の花火観覧

7/21
(土)

暑さ本番を迎える夏
皆で走っていい汗かこう！
東京大規模花火大会の先駆けである
『足立の花火』観覧付き☆

15:30～『大黒湯』よりSTART!

【内容】ランだけ、花火だけでもOK (但し参加費は変わりません)

15:00～15:30 北千住駅から徒歩10分の銭湯『大黒湯』に利用して着替え・荷物預けをして集合。

15:30～17:00 北千住近辺をランニング。信号守ってゆっくり走ります (LSD)。

17:00～18:30 大黒湯に戻ってゆっくり汗を流して下さい☺ 食事をしてOK

19:30～20:30 河川敷へ移動して花火を楽しみましょう☆ (場所はスタッフが確保)

※諸事情により予定が変更になる場合もあります

◆集合場所 大黒湯 (北千住駅西口から徒歩10分)
〒120-0033 足立区千住寿町32-6

◆最寄り駅 北千住駅

◆参加費 **500円** 定員20名まで
※費用には保険・軽食代・スタッフ人件費が含まれます。
※銭湯・飲食代は自己負担になります。

◆持ち物 ランニングのできる格好、飲料、タオル等
荷物預け、更衣は大黒湯内で可能ですがロッカーは極力下段を利用して下さい。

◆開催可否 花火大会の開催可否に合わせます。



参加希望者は事務局へTEL、FAXが
担当 (大石) まで直接ご連絡下さい。

TEL: 03-3363-5331 FAX: 03-3366-0863

氏名		性別	男・女	年齢	
連絡先TEL		参加予定	・北千住ラン	・足立の花火	

(Oつけてください)