



今号より、「藤島体育館たより」改め「藤島体育館トレーニングルームたより」として再出発です！

みんなで フルマラソン！ 2025

《表彰等》優勝、準優勝、第3位、
特別賞、参加賞、抽選会
《募集定員》20チーム
《締め切り》9月21日(日)
《主催》(公財)藤島文化スポーツ事業団
《問合せ》藤島体育館 0235-64-2143
担当：トレーニングルーム鈴木

10月5日(日)開催

9:15 スタート！

《会場》鶴岡市小真木原陸上競技場
《参加対象》小学1年生以上で健康な方々
《参加料》1名につき、一般…¥800
高校生以下…¥500

参加チーム 大募集



- ◆会場は脚に優しい全天候型トラック
- ◆チームでリレーしてフルマラソンを完走します。400mトラックを105周+195m。制限時間4時間。
- ◆一人何周走っても何度走ってもOK
- ◆チーム人数は2～40名の範囲で、年齢(注：小学1年生以上)・性別など構成は自由。

一人で走りきるの^{たやす}は容易くないフルマラソン
42.195 km を、チームで完走しよう！
今回で13回目。心のバトンを仲間とつなぎ
ゴールを目指す楽しさ、喜び。さあ、今回は
どんなドラマを生み出そうか！？
仲間をあつめて挑戦だっ！

8・9月の予定

利用資格講習会／トレーニングルーム 対象：中学生以上

●14:00～15:30… 8/6(水)・14(木)

●19:00～20:30… 8/1(金)・20(水)

★受講料¥400 ★定員15名

*9月の日程は8月に入ってお問い合わせください。



利用資格講習会／フリークライミング 対象：高校生以上

●8/6(水)・15(金), 9/3(水)・19(金)／19:00～20:30

★受講料¥400★定員10名*要予約当日18時迄

*中学生以下の方は資格取得者(成人)同伴で利用可能。

定期健康教室／藤島文化スポーツ事業団

●すっきりしよう教室《第2・4火曜 10:00～11:00》

8/12・26, 9/9 *自由参加¥100【会場】藤島体育館

*9/23は祝日のため休みです。

●八栄島さわやかストレッチ《第1・3木曜 10:00～11:00》

8/7・21, 9/4・18 *自由参加¥100【会場】八栄島活動センター

●東栄さわやか教室《第1・3木曜 14:00～15:00》

8/7・21, 9/4・18 *自由参加¥100【会場】東栄活動センター

●渡前さわやか教室《第1・3金曜 14:00～15:00》

8/1・15, 9/5・19 *自由参加¥100【会場】渡前活動センター

●ぽっぽのスパ体《第1～4火曜 14:00～15:00》

8/5～26, 9/2～16, 30 *自由参加¥100【会場】ぽっぽの湯

*9/23は休みですが30日に開催します。

休み

▲トレーニングルーム：毎週月曜