

# 早朝ランニングのお知らせ

皇居ランニングに参加しませんか！

申込は不要です。体調に合わせてお気軽にご参加ください。

開催日	2015年5月22日(金) 早朝
集合	6:30 東京国際フォーラム 1階地上広場 有楽町駅側 (写真参照)
概要	<p>集合後に準備体操を行います。</p> <p>東京国際フォーラム(出発 6:45) → 二重橋前内堀通り → 竹橋 → 千鳥ヶ淵 → 桜田門 → 東京国際フォーラム(解散 7:45)までの約 7kmを遅い人のペースに合わせてジョギングします(コース参照)。</p>
参加資格	健康な方(性別・年齢制限なし)
貴重品等	貴重品は各自で管理してください。ドリンクやタオルの準備も各自でお願いします。
その他	<p>マラソン当日朝 6:00 時点で雨天の場合は中止いたします。</p> <p>天候不順の場合は、前日に HP 等で中止のご案内をいたします。</p>
写真	 <p>集合場所:東京国際フォーラム 1階地上広場(有楽町駅側)の 学会地上広場案内サイン付近に集合ください。</p>

※責任者: 山嵜 達也(東京大学耳鼻咽喉科)

コース

