

# 体験入会申込書

20 年 月 日

私は、 月 日( 曜日)のポポロAC練習会の体験入会を申し込みます。

氏名：ふりがな \_\_\_\_\_

性別： \_\_\_\_\_

送り先は下記のとおりです。

taiken@popoloac.com

生年月日： 年 月 日生 \_\_\_\_\_

走り始めて： 年 月 月間走行距離： km

最高記録： km 時間 分 秒 \_\_\_\_\_

お手数ですがアンケートにお答えください(公表することはありません)

1.ポポロACをどこで知りましたか？

- ①HPを見て
- ②ランネットを見て
- ③参加したレースでユニフォームを見て
- ④既会員からの紹介(会員名: \_\_\_\_\_ )
- ⑤その他 ( \_\_\_\_\_ )

2.入会した場合、練習会にはどのくらい参加できますか？

- ①毎回
- ②月に1~2回
- ③数か月に一回
- ④その他 ( \_\_\_\_\_ )

3.入会したとした場合、目標は何ですか？

- ①記録向上
- ②ファンラン
- ③ラン友を作る
- ④その他 ( \_\_\_\_\_ )

4.どんな競技に興味がありますか？

- ①トラック競技
- ②ロード(ハーフくらいまで)
- ③ロード(フル)
- ④ウルトラマラソン
- ⑤トレイル
- ⑥その他 ( \_\_\_\_\_ )

5.陸上(スポーツ)経験はありますか？

- ①陸上経験あり(種目、記録等 \_\_\_\_\_ )
- ②陸上経験はないがスポーツ経験あり(競技名、経験年数等 \_\_\_\_\_ )
- ③スポーツ経験なし

体験入会にあたって

**参加できない場合、必ずメール(taiken@popoloac.com)により連絡をお願いします。**

夢の島陸上競技場での練習会参加の際、自動販売機で400円の**利用券**(個人利用)を購入の上、**受付**で手続きを済ませて下さい。奥に更衣室(ロッカーあり、利用料10円)があります。なお、練習後には無料の温水シャワーも使用可能です。

7時から体操を始めますが、その前に各自でウォーミングアップを済ませておくことになっています。時間があれば軽くジョギングなどをした後、7時少し前に(代々木公園ならベンチ、夢の島なら100mスタート地点が集合場所)、クラブの担当者を訪ねてください。

練習内容はホームページの「練習・行事予定」を参考にしてください。グループ別練習ですので、自分に合ったペースで走ることができます。(通常はクラブのメンバーによるグループ練習ですが、コーチによるランニング教室と、タイムトライアルが毎月1回ずつ行われます。)

練習会は日にもよりますが、40~50名程度参加しています。年齢も男女、10代から70代まで参加しています

参加費はかかりません。

代々木公園や夢の島等は当クラブだけでなく、いろんな方が利用します。衝突等为了避免のため、練習中にご注意ください。

夢の島での練習会ではホームページの「織田フィールド利用マナー」をよく読んでご参加ください。

衝突等の事故が生じてても当クラブは責任を負えません。