

代々木公園・神宮外苑での練習時は、極力、貴重品等は持参しないようお願いいたします。
荷物の管理はできませんので、お持ちいただく場合は、自己責任で管理してください。

【代々木公園】

集合場所は『練習会・行事予定表』に掲載しておりますので、初めて代々木公園での練習会に参加される方は、必ず確認の上、ご参加ください。着替えおよび荷物預けは以下の施設等をご利用ください。

八幡湯 <http://yoyogi-park.localz.jp/venue/35/%E5%85%AB%E5%B9%A1%E6%B9%AF>

大黒湯 <http://www.ueharaekimae.com/shop/daikokuyu/>

ミズノランニングステーション <http://noharabymizuno.jp/run/>

東京体育館 <http://www.tef.or.jp/tmg/>

鶴の湯（2016.12 廃業） http://www.enjoytokyo.jp/life/spot/l_00023368/

【神宮外苑】

集合場所は『練習会・行事予定表』に掲載しておりますが、絵画館の前の広場にある馬の像が背中合わせになっている場所が集合場所です。そこで体操をして、みんなでスタート地点（0m）に移動します。

初めて参加される方や外苑練が初めての方はご注意ください。着替えおよび荷物預けは以下の施設等をご利用ください。

東京体育館 <http://www.tef.or.jp/tmg/>

鶴の湯（2016.12 廃業） http://www.enjoytokyo.jp/life/spot/l_00023368/

塩湯 http://www.enjoytokyo.jp/life/spot/l_00023342/

サマディ <http://www.samadhi.co.jp/samadhi-studio/access/>

ランベース（ここは少々遠い） <http://adidas.jp/running/runbase/equipment/index.html>

以上ですが、銭湯を利用される方は、以下、要注意です。

本来、銭湯はランナーが着替えをしてロッカーを長時間利用するための場所ではありません。

純粋に銭湯に入りに来たお客さんにとってはいい迷惑なわけですから、しっかりとマナーを守って節度のある利用を心がけてください。

ランシューズや革靴を中に持ち込んで床の上等に放置する人がたまにいますので、そういうことは絶対にしないでください。本来の目的とは違った使い方をしていることを認識したうえで、使わせていただくという謙虚な気持ちでの利用をお願いします。