

# EEJご案内

EEJ(Emi Enjoy Jogging)を下記の通り開催致します。

江川せせらぎ遊歩道をゆっくりなペース(早歩きくらい)でジョギングします。  
毎回初参加の方もいらっしゃいます。普段走られていない方でもご安心ください♪  
是非、この機会に参加してみませんか？  
皆様の積極的なご参加をお待ちしております。

【日時】 最終土曜日

【集合場所】 キッチンエミスタジオ

【当日の流れ】

- 16:00 集合・着替え・準備体操
- 16:30 ランニングスタート(2.5kmのコースを周回)
- 18:00 懇親会(エミちゃんの焼肉パーティ)

【持参して頂くもの】

- ランニングシューズ
- ランニングウェア
- タオル・汗ふきシート
- 飲み物
- やる気



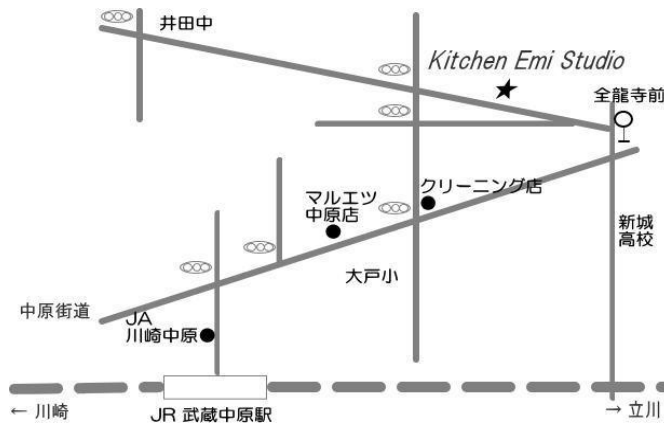
【懇親会費】

4千円(焼き肉材料費) 他アルコール代がかかります。

【懇親会キャンセル料】

一週間をきってのキャンセル: 食材費の半額  
当日~2日前のキャンセル: 食材費の全額

【アクセス】



武蔵中原駅改札を降りて左折。JA川崎中原の角を右折。  
中原街道をマルエツに向かって進み、クリーニング店の角(信号:大戸小学校入口)を左折。  
2つ目の信号を右折。約50m程進んだ左側。  
・JR南武線「武蔵中原駅」より徒歩10分  
・東急東横線「武蔵小杉駅」より徒歩20分  
・バス「杉10」系統「井田営業所」行き または「蟹ヶ谷」行き  
「全龍寺前」下車 徒歩2分  
・東急東横線「元住吉駅」より徒歩20分