

一緒に走ってみませんか？

# 初心者のための伴走教室

近年、多くのマラソン大会でブラインドランナーを見かけるようになりました。伴走に興味があるけれどどうしたらいいかわからない。そのような方のために初心者のための伴走教室を開催します。



主催：仙台視覚障害者ランニングクラブ  
後援：認定NPO法人 日本ブラインドマラソン協会（JBMA）  
日時：2018年11月25日（日）9:00～11:30  
場所：旭ヶ丘市民センター第2会議室および台原森林公園  
（どちらも仙台市営地下鉄旭ヶ丘駅より直結）  
参加費：無料  
受講対象者：どなたでも参加できます。  
（視覚に障害がある方も参加できます）  
定員：30名  
申込み：参加ご希望の方は11月18日（日）までに下記の連絡先まで  
電話またはメールでお申し込み下さい。

## <内 容>

講師：日本ブラインドマラソン協会 泉 富夫氏  
同 久保 光法氏

### 1. 講義

#### ○伴走者向け

- ・視覚障害への理解（視覚障害の種類、程度等）
- ・視覚障害者とのコミュニケーションほか

#### ○視覚障害者向け

- ・伴走者とのコミュニケーション
- ・練習方法の紹介（伴走者がいないときでもできる練習等）

### 2. 実技

- ・視覚障害者と伴走者のコミュニケーション
- ・アイマスクを使用しての歩行・ランニング



問合せ・連絡先：

仙台視覚障害者ランニングクラブ

内田 孝義

TEL：080-4130-8663

E-mail：[sendaibrc@gmail.com](mailto:sendaibrc@gmail.com)

<http://sendaibrc.sakura.ne.jp/>

