



鎌倉 材木座



アウトドアスポーツフェスと 鎌倉ビールパーティー

2023年7月1日(土)

スバルタンクイーン

陣在ほのかさんの
鎌倉ロード&トレイル



オリンピック

関根明子さんの
トライアスロンクリニック



学んで遊んで美味しい

鎌倉
写真ロゲイニング



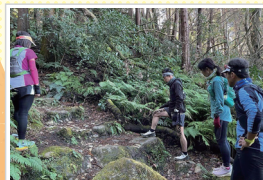
ワクワク楽しい

アウトリガーカヌー
体験会



はじめの一歩

成瀬店長の
トレイルランニング



鎌倉ビールパーティー

豊かな香り、芳醇な味口、そして余韻を楽しめる鎌倉ビールと共に、
こころ穏やかになる仲間たちとのひと時を楽しみましょう！



参加定員 40名

参加費 5,000円

※飲酒されない方は2,500円

[含まれるもの]
オードブル、鎌倉生ビール(2杯)、
ソフトドリンク ※ビール3杯目から有料

スケジュール

18:00~18:30 開場

18:30~18:45 乾杯!

19:00~19:30 鎌倉ビールの
あれこれ

19:30~20:00 パワースポーツ
今昔物語

20:00~20:30 大抽選会
21:00 終了



人とビールの至福の出会いを探求する鎌倉ビールと鎌倉からアウトドアスポーツの楽しさを配信するOSJ湘南クラブハウスのコラボ企画。アウトドアスポーツ愛好家のための心地よい一日をお過ごしください。

スパルタンクイーン

陣在ほのかさんの

鎌倉ロード&トレイル

学生時代、陸上競技の第一線で戦ってきた陣在さん。競技引退後、2022年からスパルタンレースを主戦場にエリート選手として活躍しています。そんな陣在さんと鎌倉のトレイルやロードを走りましょう。最後にビーチトレーニングのおまけ付き。

参加定員 30名

参加費 4,400円

スケジュール

11:30~11:45	クラブハウス受付
12:00~15:00	鎌倉ロード&トレイル
15:00~16:30	ビーチトレーニング



オリンピック

関根明子さんの

トライアスロンクリニック

シドニー、アテネと2回のオリンピックに出場した関根明子さんのトライアスロンクリニック。ビギナーからレベルアップを図りたい方まで、レベルに合わせてトライアスロンのノウハウを伝授します。

参加定員 30名

参加費 4,400円

スケジュール

8:00~8:15	クラブハウスにて受付
8:30~9:30	座学(クラブハウス3F)
9:30~11:30	オーシャンスイム実践トレーニング
11:30~12:30	ランチタイム
12:30~15:30	バイクテクニクセミナー
15:30~17:00	ランニングセッション



学んで遊んで美味しい

鎌倉

写真ロゲイニング

スタート前にマップとCP(チェックポイント)の写真一覧を配布します。マップを参考に5時間で多くのCPを巡り、CPでゲットできる得点の合計数を競う誰でも参加できる写真ロゲ。お一人でも、仲間や家族のみなさんでご参加ください。



参加定員 40名

参加費

【ソロの部】	3,300円
【チーム(2名)の部】	お一人様 3,300円
【チーム(3名,4名)の部】	お一人様 2,800円
【親子の部】	3,300円(大人1名)、5,600円(大人2名)

※親子は子供分は無料

スケジュール

8:30~8:45	クラブハウス受付
9:00~10:00	ブリーフィング、チーム紹介、作戦会議
10:00-15:00	ロゲスタート
15:00-16:00	成績発表、表彰式

ワクワク楽しい

アウトリガーカヌー体験会

細長い艇体とバランスを取るための横にせり出した浮(アウトリガー)が取り付けられたものを「アウトリガーカヌー」と呼びます。太平洋の島々を巡っているような気分でアウトリガーカヌーを体験してみましょう!



参加定員 各6名

参加費 4,400円

スケジュール

9:30~9:45	クラブハウス受付	
第1回目	10:00~10:30	ビーチで乗り方説明、準備体操
	10:30~11:45	アウトリガーカヌー体験
	11:45~12:00	ストレッチ
	12:30~12:45	受付
第2回目	13:00~13:30	ビーチで乗り方説明、準備体操
	13:30~14:45	アウトリガーカヌー体験
	14:45~15:00	ストレッチ



はじめの一歩

成瀬店長の

トレイルランニング

トレイルランに興味があるけど、何から始めたらよいかわからない。きっかけがない。一人では心配等、まだまだハードルの高いアクティビティ。そんな不安を解消するためクラブハウス店長がトレイルランの楽しさ、マナーや基本等、一から伝授します。



参加定員 20名

参加費 3,300円

スケジュール

12:30~12:45	受付
	座学
13:00~14:30	トレイルランとは トレイルランのマナー 持ち物は どんなところを走るの 鎌倉のトレイルコース 緊急時の対応
14:30~16:30	トレイルを走ってみよう 平地、登り、下りの走り方
16:30~17:00	ストレッチ、質問