



9/29(金)ランナーの為の座学・10月のトレーニング講座&アドバイス

ランニング雑誌クリール（ベースボールマガジン社）でおなじみのランバディ・ランニングクラブ代表の伊藤が著書「マラソン能力別上達法」「マラソン完全攻略 サブ3、サブ315達成トレーニング」を教材にして、皆さんの目標別にどのように当てはめて練習していけばいいのか、解説、質疑応答に答えるランナーのための講座です。

イベント名	9/29(金)ランナーの為の座学・10月のトレーニング講座&アドバイス
開催日	2017/9/29
受付開始	19:15 ~
申込料	9/29(金)10月のトレーニング講座&アドバイス 3,000円
支払方法	会場払い
参加定員	10人
開催場所	ランスポット
住所	大阪府大阪市住吉区长居東4-11-25
主催者	ランバディ・ランニング・クラブ
お申し込み	イベントへのお申し込みはこちらのサイトから！ https://moshicom.com/10071

