



【3ヶ月プロジェクト】フルマラソン完走を目指す練習会@皇居

フルマラソンに挑戦したい、フルマラソン完走を目指す方を対象に3ヶ月かけて練習会を行います。ランニング歴、走歴は問いません。練習内容はストレッチ、筋トレ、フォーム練習などランニングの基礎からレクチャーします。走り始めはケガがつきものです。無理なく、ケガなく、ランニングを続けていくために、まずはランニングの基礎から学んで、フルマラソン完走、目標タイム達成につなげましょう。

イベント名	【3ヶ月プロジェクト】フルマラソン完走を目指す練習会@皇居
開催日	2024/4/7
受付開始	14:00 ~
申込料	【3ヶ月プロジェクト】フルマラソン完走を目指す練習会@皇居 13,000円
支払方法	クレジット決済、コンビニ決済
開催場所	MARUNOUCHI Bike&Run (丸の内バイク&ラン)
住所	東京都千代田区新丸ビル 地下1階
主催者	TRACK TOKYO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/101578

