



## 【最終回】ランニング復習・入門・スキルアップ：済美山ランニング教室

ビギナーの方！大歓迎！【正しいカラダの使い方パフォーマンスを向上させます？】ランニングにおいて非常に重要な要素となるクロスモーション！効率性、怪我の予防、速度向上、テクニカルスキルの向上など、さまざまな側面に影響を与えます。ランニングのトレーニングや競技において、クロスモーションを適切に理解し、実践するレッスンを開催します！他では体験することができない？

イベント名	【最終回】ランニング復習・入門・スキルアップ：済美山ランニング教室
開催日	2024/3/27
受付開始	9:30 ~
申込料	レッスン参加チケット 2,500円
支払方法	クレジット決済
開催場所	申込者のみに公開
住所	東京都杉並区
主催者	(社) RunningAbilityJapan
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！ <a href="https://moshicom.com/101796">https://moshicom.com/101796</a>

