



【4~6月】【火曜・高槻・安満遺跡公園】沖コーチのランニングクリニック

高槻にて少人数制のランニングクリニックを実施します。マラソンで成果を出すために今あなたに何が必要なのか？筋トレや走りの動きをよくするドリルなど充実。

4~6月は特に骨盤や腰椎を安定させる為の腹筋系のトレーニングを多く組み込んだメニューにします。

イベント名	【4~6月】【火曜・高槻・安満遺跡公園】沖コーチのランニングクリニック
開催日	2024/4/1 ~ 2024/6/30
受付開始	19:30 ~
申込料	初めての方 1,000円 2回目以降の参加の方 1,500円
支払方法	会場払い
開催場所	安満遺跡公園のスターバックス前に集合(トイレ有・荷物置き場有)
住所	大阪府高槻市八丁畷町12-3
主催者	ORC(オキランニングクラブ/ プロランニングコーチ沖 和彦)
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/102267

