



## 月例 走チェック練習会（400m走×5本+10km走）（東温重信川） オプション教室あり

「彼（マラソン）を知り己を知れば高みへと」今のあなたの走力とフォーム、どんなもん？現状の自身の走りを知り、今後の練習やトレーニングに活かすべく、定期的チェックはオススメ。今回は、400m走（フォーム撮影つき）×5本+10km走。スピード強化とフォーム養成も兼ねて、マイペースでご機嫌に疾走を。参加者限定オプションとして、「今より速く！」&「今よりラクに！」を目的とした教室もご用意してますよ。

イベント名	月例 走チェック練習会（400m走×5本+10km走）（東温重信川） オプション教室あり
開催日	2024/7/6
受付開始	8:50 ~
申込料	走力&フォームチェック練習会 1,000円
支払方法	会場払い
参加定員	12人
住所	愛媛県東温市重信川かすみの森公園集合
主催者	μさん
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/102512">https://moshicom.com/102512</a>

