

大阪城公園
きゃっするらんにくくらぶ

CRC初級

4/9(火)19:30~21:00
4/16(火)19:30~21:00
4/23(火)19:30~21:00
4/30(火)19:30~21:00
各定員45名

自然に囲まれた公園内で、
気持ち良くランニングしましょう。

コーチと一緒に大阪城公園内をランニングするクラスです。
フルマラソンサブ3.5~4.5を目指したい方向け。
練習の距離を伸ばしていきたい方、体力をつけたい方、
大会に向けて練習中の方、等にオススメの練習会です！
走行距離は約8~10kmです。(メニューによって変動あり)
ランニングに必要なストレッチやトレーニングも行います。

料金
一般 ¥2,000(税込)
法人 ¥1,500(税込)
*利用料込の金額です

コーチ きゃっするひとみ

お城とランニングをこよなく愛し、日本城郭検定3級も保有する。3人の子育てに奮闘しながら月間200km以上を走る。3年前から本格的に始めたInstagramが今では9万人のフォロワーを越え、ランニング界No.1のインフルエンサーとなった。ただ働きだけでなく、女性らしく美しい身体作りを目指すランナー。フルマラソン自己ベスト3時間35分49秒

申込方法
ランニングベース大阪城フロント
@moshicom ネット予約
電話番号 TEL:96-6459-6613

RUNNING BASE 大阪城
大阪市中央区大塚3-1 JO-TERRACE OSAKA内
5 TERRACE 104C/5F/509号室より徒歩2分

4月16日(火)

限定45名【初級】CRC(きゃっするらんにくくらぶ)

コーチと一緒に大阪城公園内ランニングするクラスです！

フルマラソンサブ3.5~4.5を目指したい方向け。練習の距離を伸ばしていきたい方、体力をつけたい方、大会に向けて練習中の方等にオススメの練習会です。約8km~10kmです。(メニューによって変動あり)ランニングに必要なストレッチやトレーニングも行います。

イベント名	4月16日(火) 限定45名【初級】CRC(きゃっするらんにくくらぶ)
開催日	2024/4/16
受付開始	7:00 ~
申込料	施設利用(ビジター)+練習会 2,000円 施設利用(法人会員)+練習会 1,500円
支払方法	会場払い
開催場所	ランニングベース大阪城
住所	大阪府大阪市中央区大阪城3-1
主催者	RUNNING BASE 大阪城
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/102622

