【トレラン大学 Vol.3】疲労を克服するには

もっと速くなりたい。大会で入賞したい。トレーニングに悩みを抱えている。そんなトレイルランナーに向けてのトレーニングのノウハウを伝授するオンライン講座です。
【内容】疲労を克服するには：レース中の疲労（熱、脱水、筋疲労など）
やトレーニングによる慢性疲労を分析して対策を考える。
【主催】上正原真人（スカイランニング日本代表・Salomonアスリート）

イベント名	【トレラン大学 Vol.3】疲労を克服するには
開催日	2024/4/24
申込料	大人 2,000円 学生（大学生以下） 1,000円
支払方法	クレジット決済、コンビニ決済
主催者	Mountain Addicts
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/103414