



全 6 日程開催

- ・ 3 月 3 0 日 (土)
登るためのパワー
- ・ 4 月 6 日 (土)
効率的な登り方
- ・ 4 月 1 3 日 (土)
心肺機能の強化
- ・ 4 月 2 0 日 (土)
乳酸を溜めない脚作り
- ・ 4 月 2 7 日 (土)
実践 ① 坂道を走ろう！
- ・ 5 月 1 1 日 (土)
実践 ② 階段を走ろう！

RedBull400対策トレーニング Week4

2024/5/18(土)に開催される " REDBULL400 " の参加者を対象としたトレーニングイベント開催！
REDBULL400の優勝経験のあるコーチだからこそ教えられるトレーニングがTWISTにはあります。

「初めての参加だけど自分にできるか不安で、」、「登り方のスキルが知りたい」

「少しでも速く、楽に走りたい」そんな方々にオススメのトレーニング内容となっています。

イベント名	RedBull400対策トレーニング Week4
開催日	2024/4/20
受付開始	0:00 ~
申込料	RedBull400対策トレーニングWeek4 1,000円
支払方法	クレジット決済、コンビニ決済
開催場所	TWIST JAPAN SAPPORO
住所	北海道札幌市中央区南一条西6丁目11札幌 北辰ビルディングB1F
主催者	amiya_twist
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/103591



MAP

