



マラソン&トレイル走力アップの坂道ランクリニック&練習会 【4名】7:30~9:30

今年こそサブ4～サブ3.5を達成したい！中級ランナー向け坂道クリニック&練習会です。4名ですので随時フォームアドバイスが可能です！平坦な道ばかりのんびり走っていませんか？走力アップには坂道ランを取り入れ心肺機能、体幹力&脚力向上が絶対に必要です。そのコツと実際の練習方法を集中してやりましょう。

イベント名	マラソン&トレイル走力アップの坂道ランクリニック&練習会【4名】7:30-9:30
開催日	2017/9/23
受付開始	7:20～
申込料	マラソン&トレイル走力アップの坂道ランクリニック&練習会 3,500円
支払方法	会場払い
開催場所	申込者のみに公開
住所	石川県金沢市
主催者	Run Grow Kanazawa【running&conditioning】
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/10616

