



【参加無料！先着順】1月14日（日）オリンピックによる「マラソンウォーミングアップドリル教室」を開催

全身を使った動きづくりで、タイムアップを目指そう！マラソンに向けての練習は、つつい走るだけになってしまいがちです。全身を使った動きづくりを行うことで、走るために大切な要素を身につけ、走るために必要な筋力アップにもつながります。初心者のランナーはもちろん、上級者でタイムアップを目指したい方へも、ヒントが盛りだくさんのドリル教室を大阪駅隣接の「うめきたB区域」で開催します。

イベント名 【参加無料！先着順】1月14日（日）オリンピックによる「マラソンウォーミングアップドリル教室」を開催

開催日 2018/1/14

受付開始 10:40 ~

申込料 ドリル教室 無料

参加定員 40人

開催場所 うめきたB区域

住所 大阪府大阪市北区大深町地内

主催者 NOBY T&F CLUB

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/13121>



MAP

