リディアードのヒルトレーニング8/4［千葉：美走ならしのRC］

ヒルトレーニング「速く走るための準備」を効果的にトレーニングに組み込みませんか？正しいフォームと正しいトレーニングでインターバルに必要な筋力や柔軟性を身につけることができます。 ◎動画および写真撮影を行い、後日フォームチェックができるようにウェブにアップいたします。※機材状態によっては撮影できない場合がございますので、ご了承ください。
◎参加のみなさまへのより良い指導のため、１０名様限定です。

イベント名	リディアードのヒルトレーニング8/4［千葉：美走ならしのRC］
開催日	2018/8/4
受付開始	9:15 ～
申込料	ヒルトレーニング 8/4 2,500円
支払方法	会場払い
参加定員	10人
開催場所	茜浜緑地公園（JR新習志野駅から徒歩10分）
住所	千葉県習志野市茜浜3丁目
主催者	美走 RUNNING 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/19576

MAP