



9/29(土)坂道インターバル走+トラック練+パワーアップのためのファンクショナルトレ

トラックでの練習と坂道での練習を組み合わせた、より実践をイメージした内容でパワーアップを目指します。フォームをよくするための動き作り、坂道の走り方アドバイスも。パワー(力×スピード)アップのためのファンクショナルトレーニングも行います。

イベント名	9/29(土)坂道インターバル走+トラック練+パワーアップのためのファンクショナルトレ
開催日	2018/9/29
受付開始	18:00 ~
申込料	9/29(土)坂道インターバル走+トラック練+パワーFT 2,000円
支払方法	会場払い
開催場所	代々木公園陸上競技場(織田フィールド)
住所	東京都渋谷区神南2丁目3-1
主催者	大角 重人

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/20969>

