

今より速く!

第5回「自分最適スピードアップフォーム養成練習会」 初級~中級ランナー対象 全力を出して走るは、実は簡単。一方、全力を使って走るにはコツがある。そんな長距離に対応できる、

全力を出して走るは、実は簡単。一方、全力を使って走るにはコツがある。そんな長距離に対応できる、 効率の良い自分最適スピードアップフォームを養成。階段と下り坂も使いながら、インターバル形式での 実践練習も。化ける可能性を大いに秘めたフォームカイゼンで、「今より速く!」その願いを冬の本命レ ースで叶えましょ。

イベント名	今より速く! 第5回「自分最適スピードアップフォーム養成練習会」 初級~中級ランナー対象
開催日	2018/12/22
受付開始	10:15 ~
申込料	スピードフォーム養成 2,500円
支払方法	会場払い
参加定員	10人
住所	愛媛県松山市松山中央公園
主催者	μさん
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/21447



